

# DİŞ TEMİZLİĞİ SONRASI BESLENME: DİKKAT EDİLMESİ GEREKENLER



## DİŞ TEMİZLİĞİ SONRASI: SAĞLIKLI SEÇİMLER, MUTLU GÜLÜŞLER!

Diş temizliği (profesyonel temizlik) sonrası yemek yeme süresi, genellikle 30 dakika olarak önerilmektedir. İlk 30 dakika içinde yemek yememek, diş etlerinin ve dişlerin rahatlaması için önemlidir. Eğer florid uygulaması yapıldıysa, en az 30 dakika boyunca bir şey yenmemesi gereklidir. Temizlik sonrası diş etleri hassaslaşabileceğinden yumuşak gıdalar tercih edilmesi tavsiye edilir. Ayrıca, en az 24 saat boyunca şekerli ve asidik yiyeceklerden kaçınılması diş sağlığını korumak açısından önemlidir. Özel durumlar için diş hekiminden öneri almak en doğrusudur.



Yenipınar Mahallesi 308  
Sokak No 7/1  
(Esnaf Kefalet  
Kooperatifi Karşısı,  
Evkur Karşı Sokak)  
MERKEZ / ADIYAMAN



**DT. MEHMET HAMURCU**

+90 (536) 529 9730

info@mehmethamurcu.com.tr