

**MASARYKOVA UNIVERZITA**

**LÉKAŘSKÁ FAKULTA**

## **NÁCVIK POUŽÍVÁNÍ ELEKTRICKÉHO KARTÁČKU**

Cílová skupina: pacient s novým elektrickým kartáčkem

Hlavní cíl edukace: pacient bude schopen správně používat elektrický kartáček, a tak bude provádět důkladnou orální hygienu

Jméno a příjmení: Michaela Komišáková a Marie Nimmerrichterová

Ročník: 2.

Akademický rok: 2023/2024

Studijní program: Dentální hygiena

## EDUKAČNÍ PLÁN

### První edukační lekce

**Název:** Seznámení s elektrickým kartáčkem, vysvětlení jeho fungování

**Edukant:** pacient

**Edukátor:** dentální hygienistka

**Místo realizace:** ordinace dentální hygienistky

**Délka edukační lekce:** 5 minut

**Edukační cíl:** kognitivní - pacient popíše fungování elektrického kartáčku a zdůvodní výběr el. kartáčku pro osobní potřebu, uvede jeho výhody a nevýhody

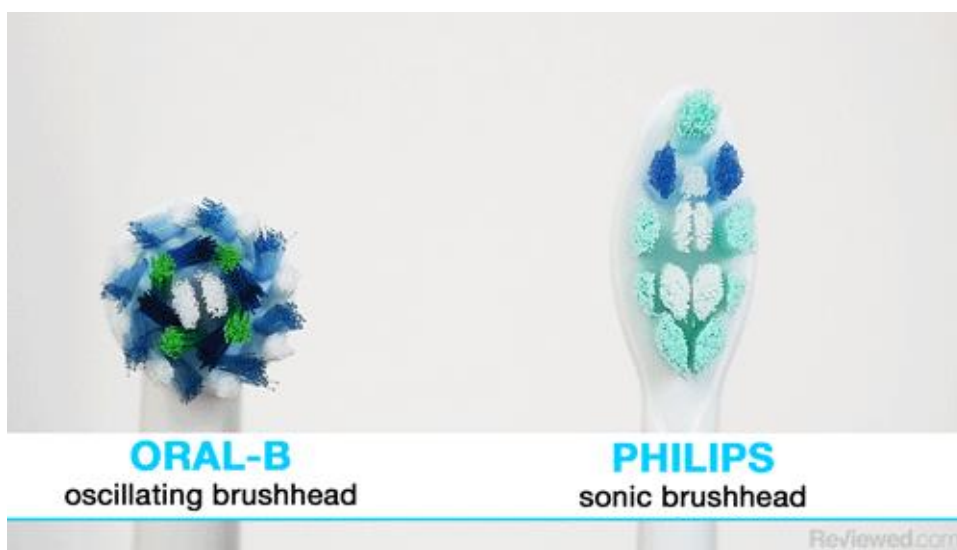
**Metoda edukace:** přednáška

**Forma edukace:** individuální

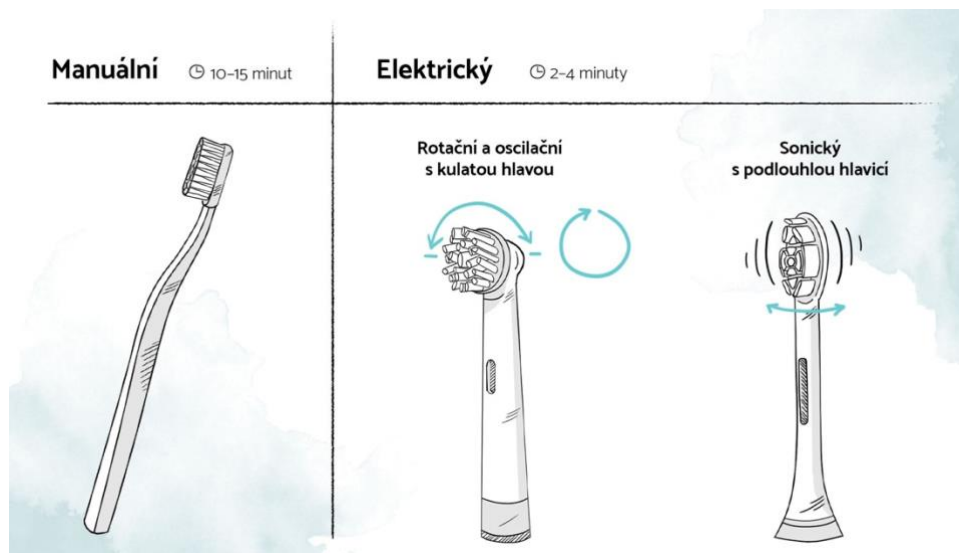
**Edukační materiál a pomůcky:** elektrický kartáček, brožura s informacemi

#### Osnova edukační lekce

1. Seznámení se s elektrickým kartáčkem
2. Jak funguje elektrický kartáček
3. Jaké jsou typy elektrického kartáčku a jak se od sebe liší
4. Výhody a nevýhody elektrického kartáčku
5. Diskuze, dotazy
6. Shrnutí



Obr. 1: Rotační vs. Sonický elektrický kartáček



Obr. 2: Jak funguje který kartáček?

## Druhá edukační lekce

**Název:** Demonstrace čištění na modelu

**Edukační cíl:** pacient

**Edukátor:** dentální hygienistka

**Místo realizace:** ordinace dentální hygienistky

**Délka edukační lekce:** 10-15 minut (v závislosti na schopnostech edukanta)

**Edukační cíl:** psychomotorický - pacient si osvojí správné použití elektrického kartáčku

**Metoda edukace:** instruktáž a praktické cvičení

**Forma edukace:** individuální

**Edukační materiál a pomůcky:** model zubů, elektrický kartáček dle preference pacienta, větší zrcátko

### Osnova edukační lekce:

1. Diskuze o výběru kartáčku. Proč si pacient vybral elektrický kartáček a co čeká, že mu přinese jeho používání
2. Demonstrace práce s elektrickým kartáčkem na modelu
3. Shrnutí
4. Diskuze, dotazy

## Třetí edukační lekce

**Název:** Demonstrace a nácvik čištění ve své DÚ

**Edukant:** pacient

**Edukátor:** dentální hygienistka

**Místo realizace:** ordinace dentální hygienistky

**Délka edukační lekce:** 10-15 minut (v závislosti na schopnostech edukanta)

**Edukační cíl:** psychomotorické-pacient předvede správnou techniku čištění s elektrickým kartáčkem

**Metoda edukace:** instruktáž a praktické nacvičení

**Forma edukace:** individuální

**Edukační materiál a pomůcky:** elektrický kartáček dle preference pacienta, větší zrcátko

**Osnova edukační lekce:**

1. Nácvik práce s elektrickým kartáčkem na svých zubech
  - a) Rotační elektrický kartáček (Oral-B)
    - Na kartáček dáme pastu o velikosti hrášku a vložíme do úst.
    - Přiložíme hlavici v 45 stupňovém úhlu k linii dásní stejně jako při používání manuálního zubního kartáčku.
    - Potom kartáček zapneme a pohybujeme jím od jednoho zubu k druhému
    - Kartáček můžeme naklánět podle zaoblení zubu.
    - Elektrickým zubním kartáčkem postupujeme po přední straně zubů, pak po zadní straně zubů a nakonec vyčistíme všechny žvýkací plochy.
  - b) Sonický elektrický kartáček (Phillips)
    - Na kartáček dejte pastu o velikosti hrášku
    - Přikládejte kartáček k zubům tak, aby se hlavice současně dotýkala zubů i dásní. Vlákna směřujte podél dásně v úhlu 45 stupňů. Na kartáček příliš netlačte.
    - Nejprve kartáček posouvejte z jednoho zubu na druhý.
    - V dalším kroku jemně stírejte směrem od dásně k zubu. Nechte kartáček čistit každou plošku zubu alespoň 2 vteřiny.
    - Stejným pohybem nezapomeňte vyčistit i vnitřní plošky zubů v horní i dolní čelisti.
    - U předních zubů zevnitř orientujte kartáček svisle:
    - Na čištění vnitřních plošek zubů v dolní čelisti si dejte záležet. Neodstraněný zubní plak se zde velmi často mění v nebezpečný zubní kámen.
    - I kousací plochy čistěte pomalým posouváním kartáčku
2. Shrnutí
3. Diskuze, dotazy

## Čtvrtá edukační lekce:

**Název:** Dočištění mezizubních prostor

**Edukant:** pacient

**Edukátor:** dentální hygienistka

**Místo realizace:** ordinace dentální hygienistky

**Délka edukační lekce:** 10-15 minut

**Edukační cíl:** Pacient vyčistí mezizubní prostory vhodným mezizubním kartáčkem

**Metoda edukace:** instruktáž a praktické cvičení

**Forma edukace:** individuální

**Edukační materiál a pomůcky:** měřicí sonda, mezizubní kartáčky, větší zrcátko

**Osnova edukace:**

1. Vysvětlení benefitů používání mezizubních kartáčků
2. Naměření velikostí mezizubních prostor a výběr vhodných mezizubních kartáčků
3. Naměření velikostí mezizubních prostor a výběr vhodných mezizubních kartáčků
4. Demonstrace čištění mezizubních prostor na modelu
5. Ukázka čištění mezizubních prostor v ústech pacienta
6. Pacient sám zkouší čistit mezizubní prostory
7. Opakování
8. Dotazy



Obr. 3: Mezizubní kartáčky TePe Obr.4: Mezizubní kartáčky CURAPROX

## EDUKAČNÍ CÍLE JEDNOTLIVÝCH LEKCÍ

<b>1.Lekce</b>	<b>Cíl edukační lekce:</b> Pacient popíše fungování elektrického kartáčku a zdůvodní výběr el. kartáčku pro osobní potřebu, uvede jeho výhody a nevýhody <b>Metoda edukace:</b> přednáška <b>Forma edukace:</b> individuální <b>Edukátor:</b> dentální hygienistka <b>Místo edukace:</b> ordinace DH <b>Edukační pomůcky:</b> elektrický kartáček, brožura s informacemi
<b>2.Lekce</b>	<b>Cíl edukační lekce:</b> Pacient si osvojí správné použití elektrického kartáčku <b>Metoda edukace:</b> instruktáž a praktické cvičení <b>Forma edukace:</b> individuální <b>Edukátor:</b> dentální hygienistka <b>Místo edukace:</b> ordinace DH <b>Edukační pomůcky:</b> model zubů, elektrický kartáček dle preference pacienta, větší zrcátko
<b>3.Lekce</b>	<b>Cíl edukační lekce:</b> Pacient předvede správnou techniku čištění s elektrickým kartáčkem <b>Metoda edukace:</b> instruktáž a praktické cvičení <b>Forma edukace:</b> individuální <b>Edukátor:</b> dentální hygienistka <b>Místo edukace:</b> ordinace DH <b>Edukační pomůcky:</b> elektrický kartáček dle preference pacienta, větší zrcátko
<b>4.Lekce</b>	<b>Cíl edukační lekce:</b> Pacient vyčistí mezizubní prostory vhodným mezizubním kartáčkem <b>Metoda edukace:</b> instruktáž a praktické cvičení <b>Forma edukace:</b> individuální <b>Edukátor:</b> dentální hygienistka <b>Místo edukace:</b> ordinace DH <b>Edukační pomůcky:</b> měřicí sonda, mezizubní kartáčky, větší zrcátko

**Hodnocení jednotlivých lekcí edukantem.**

<b>Lekce</b>	<b>Hodnocení</b>	<b>Jméno a podpis edukanta</b>
1.		
2.		
3.		
4.		

**Hodnocení jednotlivých lekcí edukátorem**

<b>Lekce</b>	<b>Hodnocení</b>	<b>Jméno a podpis edukátora</b>
1.		
2.		
3.		
4.		

## **Použité zdroje**

Obr. 1: *Rotační vs. Sonický elektrický kartáček* [online] [cit.31.10.2023] Dostupné na webu <https://reviewed.usatoday.com/home-outdoors/best-right-now/the-best-electric-toothbrushes>

Obr. 2: *Jak funguje který kartáček?* [online] [cit. 31.10.2023] Dostupné na webu <https://tchiboblog.cz/zubni-kartacky/>

Postup čištění s oscilačně rotačním kartáčkem. *OralB.cz* [online] [cit. 31.10.2023] Dostupné na webu

[Jak používat nabíjecí elektrický zubní kartáček? | Oral-B \(oralb.cz\)](#)

Postup čištění se sonickým kartáčkem. *cistimesizuby.cz* [online] [cit. 31.10.2023] Dostupné na webu

[Philips Sonicare - Jak správně čistit sonickým kartáčkem Philips | ČistímeSiZuby.cz \(cistimesizuby.cz\)](#)

Obr. 3: *Mezizubní kartáčky TePe* [online] [cit. 31.10.2023] Dostupné na webu

<https://www.chytralekarna.cz/kosmetika-hygiena-a-pece/zubni-hygiena/mezizubni-kartacky-a-nite/tepe-mezizub-kart-startovaci-sada-8ks-112299-7317400001982>

Obr. 4: *Mezizubní kartáčky CURAPROX* [online] [cit. 31.10.2023] Dostupné na webu

<https://www.curaprox.cz/>