**Как подготовиться к приему у стоматолога**

перед посещением стоматолога покушайте, поскольку после приема, возможно доктор порекомендует вам 2-3 часа воздержаться от приема пищи. Кроме того, это поможет избежать возможного головокружения вызванного введением анестетика;

 не забудьте выполнить обычные гигиенические процедуры и почистить зубы щеткой, а также зубной нитью;

возьмите с собой чистый носовой платок или одноразовые салфетки;

 одевайте удобную не сковывающей движений и дыхания одежду;

не рекомендуется одевать громоздкую бижутерию, а лучше всего снять украшения перед приемом врача;

если у вас есть хронические заболевания, такие как сахарный диабет, гипертония, бронхиальная астма – не забудьте взять лекарство и сообщить об этом лечащему врачу.

Если Вы ощущаете повышенную тревожность перед приемом у стоматолога – выпейте на ночь и перед приемом успокаивающее средство (настойка валерьяны, новопассит и.т.п.)  
   
**Когда приходить на прием к стоматологу**

если Вы идете на прием к стоматологу первый раз, - рассчитайте время так, чтобы до назначенного времени у вас было 15 минут на заполнение и оформление медицинской документации (медицинская карта, согласие на обработку персональных данных и т.п.)

***Не забудьте взять с собой паспорт, полис. Если вы до этого лечились в другой клинике и у вас есть история болезни, рентгеновские снимки – возьмите их с собой!***

если все необходимые документы у Вас уже оформлены, и Вы являетесь пациентом нашей поликлиники, - рассчитывайте время таким образом, чтобы Вам не пришлось долго ожидать, особенно если Вы ощущаете повышенную тревожность перед стоматологическими процедурами.

**Когда НЕ приходить на прием к стоматологу**

-при герпесе или «лихорадке»;

-при ОРВИ, ОРЗ, фарингите, ангине и других заболеваний горла и дыхательных путей, даже в отсутствии повышенной температуры;

-при насморке и заложенности носа;

-женщинам в критические дни, т.к. повышается порог болевой чувствительности и риск осложнений;

-если накануне Вы принимали алкоголь – это снижает эффективность анестетиков.   
      В случае острой боли эти ограничения, конечно, не действуют, но вы должны помнить, что все вышеперечисленные состояния повышают риск возникновения осложнений.

**На приеме у стоматолога**

обязательно расскажите своему доктору обо всех своих ощущениях и проявлениях болезни;

сообщите о лекарствах, которые Вы принимаете в настоящий момент;

задавайте доктору все интересующие Вас вопросы, - он обязательно даст вам необходимые разъяснения по поводу течения вашего заболевания и особенностях лечения. Чем лучше Вы с врачом будете понимать друг друга, тем меньше шансов останется у болезни.

внимательно выслушайте все рекомендации вашего стоматолога;

оговорите дату следующего посещения. Не забудьте оформить все необходимые рекомендации и назначения в письменном виде.

**После посещения стоматолога**

с максимальной точностью исполните назначения и рекомендации врача;

в случае неблагополучного течения заболевания – созвонитесь с регистратурой, вас могут соединить с вашим лечащим врачом для консультации;

соблюдайте назначенный доктором режим посещений.

**Правила хорошего тона**       Если по каким-либо причинам Вы не можете прийти в назначенный день или время, - постарайтесь, как можно раньше позвонить в поликлинику и перенести прием. Этим Вы позволите доктору уделить высвободившееся время другим пациентам.