58. Чем полоскать рот, когда растет зуб мудрости.

Здравствуйте, Елена Михайловна! Меня зовут Семен, мне 32 года. Маюсь несколько дней. Работать не получается, и спать толком не могу. У меня, похоже, скоро появится **зуб мудрости, чем полоскать**, посоветуйте, пожалуйста.

**Отвечает Потемкина Елена Михайловна, врач-стоматолог общей практики.**

Здравствуйте, Семен! Как правило, **зуб мудрости** появляется с болью и неприятными ощущениями. Могу порекомендовать пропить курс антибиотиков, его Вам назначит Ваш стоматолог. Если у Вас нет доверия к антибиотикам или имеется индивидуальная непереносимость, воспользуйтесь народными методами, наиболее частый из которых - **полоскание**.

Могу порекомендовать несколько средств и рассказать, как ими пользоваться. На первом месте – **полоскание содой**. От ее раствора (1 чайная ложка + ½ стакана воды) спадает припухлость или отек десен, что существенно уменьшает ощущения боли. При этом, когда зуб **режется**, нельзя проводить данную процедуру в привычном понимании этого слова. Нужно набрать в рот чуть теплый раствор соды и примерно через 30 секунд, можно выплюнуть. Это так называемая ротовая ванночка. Горячая или холодная температуры противопоказаны. Если **болит**, надо повторять несколько раз за день. Воздействие соды дополнительно способствует размягчению десны, ускоряя прорезывание. Для этих же целей могу Вам посоветовать воспользоваться **ромашкой** или шалфеем в виде отвара.Эти природные антибиотикиотлично снимут отеки и опухоли.Следует руководствоваться теми же правилами, что и в предыдущем способе. Когда приготовленный отвар остынет до комнатной температуры, им можно пользоваться. Горячий отвар может усилить боль. Когда зуб **лезет**, пользуйтесь календулой, в аптеке можно купить готовую настойку. Хорошо поможет и настойка прополиса. Полощите каждый раз после приема пищи. Хочу Вас предупредить, мои рекомендации носят общий характер. Каждый случай индивидуален, заочно трудно сказать, что будет лучшим средством для Вас. Сходите на прием к врачу, пусть Вас осмотрит и выпишет соответствующие назначения, правильно спланировав график необходимых процедур. Оградите себя от воспалительных процессов, которые могут возникнуть даже при небольшой боли.