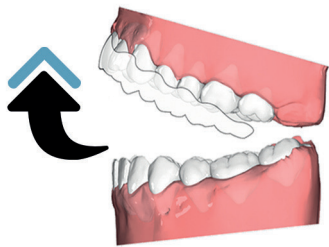


Zahnschienen richtig auf- und absetzen

Zum Einsetzen:

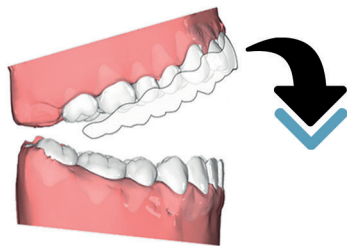
Schieben Sie die Zahnschiene über Ihre Schneidezähne, drücken Sie die Schiene anschließend mit den Fingerspitzen von vorne beginnend bis hin zu den Backenzähnen fest.



Zum Herausnehmen:

Lösen Sie die Zahnschiene mit Ihren Fingerspitzen von den Backenzähnen aus ab.

Tipp: Greifen Sie dabei von der Innenseite (zur Zunge gerichteten Seite) Ihrer Zähne her unter die Schiene. Nutzen Sie bei Bedarf Aligner-Häckchen.



Praxisstempel:



Gebrauchs- & Pflegehinweise

Tragehinweise

Die Schienen sollten mindestens 21 Stunden am Tag getragen werden.

Die Schienen werden, falls vom Arzt nicht anders angewiesen, je zwei Wochen getragen und anschließend durch die nächste Schiene ersetzt.

Sollten Sie die Schiene für einen längeren Zeitraum nicht tragen, können sich Ihre Zähne in die Ausgangsposition zurückbewegen. Falls Sie eine Schiene verlieren, tragen Sie bitte die vorherige oder nächste Schiene bis Sie Ihren Arzt konsultiert haben.

Setzen Sie die Zahnschienen ab bevor Sie Essen oder Trinken (Wasser können Sie auch mit den Schienen trinken).

Beim ersten Einsetzen der Schienen gibt es manchmal einen Spalt zwischen der Schiene und den Zähnen. Dieser verschwindet innerhalb von 48 Stunden.

Damit sich die Schienen Ihren Zähnen schneller anpassen, können Sie auf Ihnen kauen (hiermit ist lediglich die Kaubewegung und nicht der Verzehr von Lebensmitteln gemeint). Nutzen Sie hierzu bei Bedarf Chewies.

In den ersten Tagen sitzen die Schienen sehr fest auf den Zähnen, danach lockert sich der Sitz.

Schmerzen können auftreten, sollten jedoch wenige Stunden nach dem Einsetzen abklingen. Wenn sie erhebliche Beschwerden beim Tragen der Schiene haben, kontaktieren Sie bitte den behandelnden Arzt.



Pflegehinweise

Putzen Sie ihre Zähne nach jeder Mahlzeit und reinigen Sie Ihre Zahnzwischenräume mit Zahnseide, bevor Sie die Schienen einsetzen.

Reinigen Sie die Zahnschienen grundsätzlich vor dem Einsetzen und nach dem Absetzen. Spülen Sie die Schienen immer gründlich mit Wasser ab und bewahren Sie diese in einer Box auf. Nutzen Sie hierzu bei Bedarf eine Aligner-Dose.

Wir empfehlen die Schienen mit Zahnprotesereinigungs-tabletten zu säubern (erhältlich im Drogeriemarkt).

Sie können zur Reinigung auch eine Zahnbürste und Zahnpasta verwenden (Achtung: Bei Zahnpasta mit Schmiergelpartikeln kann die Oberfläche der Schiene einwenig zerkratzten). Benutzen Sie in diesem Fall aus hygienischen Gründen außerdem eine andere Zahnbürste für die Reinigung der Schienen als für Ihre Zähne. Alternativ können Sie die Schiene auch mit Spülmittel reinigen (Achtung: Kein heißes Wasser benutzen!).