



Die Schiene (Haltespange)

Heute wurde Dir eine neue Spange (Schiene) eingesetzt, mit der Deine Zahnstellung stabilisiert werden soll. Der bleibende Erfolg der Behandlung hängt davon ab, wie gut Du diese Schiene/n trägst



Einsetzen und herausnehmen der Schiene

Zum Einbringen setzt Du die Schiene/n auf die Zähne auf und drückst die Schiene/n mit Deinen Fingern über die Zähne. Bitte „beiße“ die Schiene/n nicht über die Zähne, da sich die Schienen so verbiegen oder kaputt gehen können. Ebenfalls steigt so das Verletzungsrisiko.

Zum Herausnehmen umfasst Du die Schiene/n mit Daumen und Zeigefinger an den hinteren Backenzähnen und löst sie mit langsamem Zug von hinten nach vorne.

Reinigung der Schiene

Die Schiene/n reinigst Du bitte, indem Du sie mit einer weichen Zahnbürste und einer neutralen Handwaschseife putzt (hierfür kannst Du eine extra Zahnbürste verwenden, die Du nur zum Reinigen der Schiene/n verwendest). Bitte verwende keine Zahnpasta, da diese Schleifkörper enthält und die Schiene/n verkratzen und somit sich Plaque an der Schiene festsetzen kann. Wir bitten Dich auch, die Schiene nicht „auszukochen“, weil sich diese dadurch verformt und nicht mehr passt.

Tragedauer der Schiene

Trage die Schiene/n bitte 15 Stunden täglich. Das bedeutet, dass Du die Schiene/n ab mittags bis zum nächsten Morgen trägst. Wenn die Schiene/n einmal schwerer rein gehen sollten, musst Du bitte mehr tragen, da die Zähne sich leicht verschoben haben, und die Schiene/n die Zähne wieder in die richtige Position schieben. Auf keinen Fall solltest Du mit dem Tragen der Schiene/n aussetzen, da die Zähne sich sehr leicht verschieben können und eine erneute Fehlstellung entstehen kann.

Viel Erfolg und gutes Eingewöhnen.

Ihr Praxisteam Dr. Astrid Nebgen