

TIPPS ZUR FESTEN ZAHNSPANGE

Vom 1. bis zum 5. Tag nach dem Einsetzen der festen Zahnsperange werden die Zähne beim Beißen wahrscheinlich etwas schmerzen. Vielleicht fühlen die Zähne sich auch locker an.

Das ist ein Zeichen dafür, dass schon erste Zahnbewegungen einsetzen.

Die Empfindlichkeit verschwindet nach wenigen Tagen. Nach dem Abschluss der Zahnbewegung werden die Zähne wieder fest.

Die generelle Kontrolle deiner Zähne übernimmt weiterhin dein Hauszahnarzt, der unabhängig von der kieferorthopädischen Behandlung aufgesucht werden sollte.



ESSEN

In den ersten Tagen nach Einsetzen der festen Zahnsperange solltest du weiche Sachen essen.

Klebrige Süßigkeiten, wie z.B. Kaubonbons, Lakritze, Karamellbonbons solltest du vermeiden. Zuckerfreien Kaugummi kannst du aber kauen.

Harte Nahrungsmittel, wie z.B. Äpfel, Karotten, Brotkanten und Ähnlichen, nicht abbeißen, sondern in kleinere Stücke schneiden.



DRUCKSTELLEN

Wenn eine wunde Stelle an der Lippe oder Wange entsteht, verwende sofort etwas von dem von uns mitgegebenen Wachs.



REPARATUR

Wenn an der Spange etwas nicht in Ordnung ist (z.B. ein Bracket gelockert oder der Drahtbogen gebrochen ist), bitte sofort bei uns anrufen und einen Termin vereinbaren.



TERMINE

Die regelmäßigen Kontrolltermine solltest du unbedingt einhalten.

Unregelmäßige Kontrollen können zu unerwünschten Reaktionen an den Zähnen führen und die Behandlungszeit verlängern.



MUNDHYGIENE

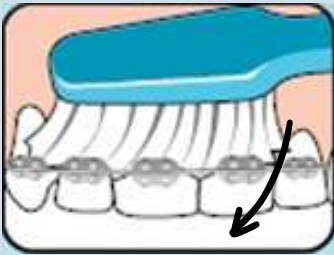
Morgens und abends müssen die Zähne geputzt werden - öfter geht immer.

Du kannst die Zähne nach jedem Essen mit Wasser umspülen.

Verwende zusätzlich ein Zahnzwischenraumbürstchen, um die Stellen unter dem Drahtbogen zwischen den Brackets zu reinigen (z.B. TePe ISO Größe 5).

1x pro Woche ein Gel-Präparat mit erhöhtem Fluoridgehalt, wie z.B. Elmex gelée benutzen.

Zusätzlich sind antibakterielle Mundspülungen ratsam, wie z.B. Listerine Cool Mint milder Geschmack. Diese mindestens 1x täglich z.B. abends nach dem Zähneputzen anwenden.



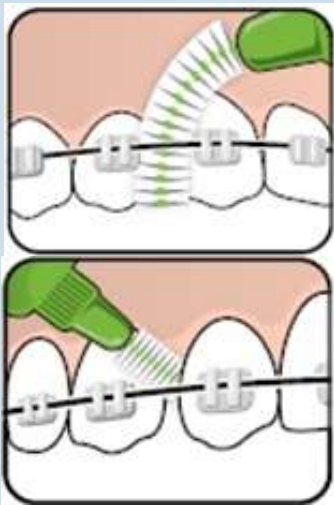
1

BÜRSTEN: reinigt die Zahnoberflächen

Die Zahnbürste oberhalb der Zahnspange im 45°-Winkel ansetzen und die Zähne vom Zahnfleisch zur Zahnkrone reinigen.

Die Kauflächen horizontal mit Hin- und Herbewegungen säubern.

Wir empfehlen dir die Zahnbürsten "Supreme" und für schwer zugängliche Stellen "Compact Tuft" von TePe.



2

INTERDENTALPFLEGE: reinigt die Zahnzwischenräume

Um das Zahnfleisch nicht zu verletzen, das Bürstchen immer mit der Spitze vom Zahnfleisch weg benutzen.



3

SPÜLEN MIT MUNDSPÜLUNG: erreicht den ganzen Mundraum

Auch die nach der mechanischen Reinigung noch verbliebenen schädlichen Bakterien werden dadurch bekämpft.