

## **Merkblatt für festsitzende Zahnspangen**

Heute hast Du Deine festsitzende Zahnspange bekommen. Zur Orientierung für Dich und Deine Eltern haben wir Dir hier einige Informationen zusammengestellt.

Zur Zahnpflege haben wir Dir am Ende des Termins einige Hinweise gegeben. Hier findest Du in Kürze die wichtigsten Punkte zusammengefasst:

- Ab heute benötigst Du drei Bürsten:
  - Deine normale Zahnbürste (egal ob Elektrische- oder Handzahnbürste)
  - eine Einbüschelbürste
  - eine Zahnzwischenraumbürste (Interdentalraumbürste)
- Deine Zahnbürste benutzt Du weiter wie gewohnt.
- Mit der Einbüschelbürste putzt Du die Zahnflächen zwischen den Brackets und dem Zahnfleisch. Zusätzlich solltest Du hiermit auch die Brackets selbst reinigen.
- Mit der Zahnzwischenraumbürste reinigst Du die Zahnflächen zwischen den Brackets und dem Bogen (in Richtung Schneidekante, nicht in Richtung Zahnfleisch putzen).
- Zu Beginn wirst Du bestimmt gut 10 Minuten zum Zähneputzen benötigen.
- Der erste untere Bogen geht meist nicht bis zum letzten Bracket – dies ist so gewollt

Beim Essen gibt es einiges zu beachten, damit die Zahnspange keinen Schaden nimmt:

- keine harten und klebrigen Süßigkeiten (z.B. Gummibärchen, Maoam; Karamell)
- kein Kaugummikauen mit den ersten Bögen
- feste Nahrungsmittel wie z.B. Äpfel oder Karotten bitte kleinschneiden
- nicht mehr direkt aus der Flasche trinken

Was tun bei Problemen:

- Wenn Du eine Druckstelle in der Schleimhaut an der Lippe oder Wange hast, kannst Du Dir mit dem Wachs helfen, das Du von uns mitbekommen hast. Du nimmst ein Stückchen (erwärmst es unter warmen Wasser oder mit den Fingern) und drückst es auf die Brackets, an der Deine Schleimhaut wund ist. Wichtig ist, dass Du das Wachs regelmäßig erneuerst, bis Deine Schleimhaut wieder komplett verheilt ist. Das Wachs nimmst Du zum Zähneputzen bitte ab und erneuerst es anschließend wieder.
- Wenn sich ein Bracket gelöst hat, das Bogenende stört oder Du Dir irgendwie unsicher bist, rufe bitte bei uns an, dann geben wir Dir gerne kurzfristig einen Termin und werden Dein Problem gemeinsam mit Dir lösen.

Wir hoffen, Du gewöhnst Dich schnell an Deine feste Zahnklammer und bitten Dich, Deine Termine einzuhalten, damit wir gemeinsam Deine Behandlung möglichst schnell und erfolgreich durchführen können. Bei Fragen sind wir natürlich jederzeit telefonisch, per Mail oder persönlich für Dich erreichbar.