

Merkblatt für herausnehmbare Zahnspangen

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

In der Eingewöhnungszeit kann es sein:

- dass Deine Zähne, vor allem die Schneidezähne, morgens nach dem Aufstehen empfindlich sind
- dass Du in den ersten Tagen einen Muskelkater im Unterkiefer bekommst
- dass Du mehr Speichel im Mund hast
- dass Deine Zahnspange nachts herausfällt (Tipp: tagsüber mehr tragen)
- dass das Sprechen mit der Zahnspange schwierig ist (Tipp: viel Sprechen, z.B. laut Vorlesen)
- dass das Schlucken mit Deiner Zahnspange schwierig ist (Tipp: mit der Zahnspange Wasser trinken)

Nach spätestens zwei Wochen sollten diese „Probleme“ nicht mehr bestehen. Wenn Du andere Probleme beobachtest oder Dir nicht sicher bist, kannst Du gerne bei uns in der Praxis vorbeikommen. Ruf aber bitte vorher an, damit wir Dir einen kurzfristigen Termin geben können.

Tragezeit Deiner Zahnspange:

- Deine Zahnspange solltest Du prinzipiell 16 Stunden am Tag tragen, wie Du Dir die Stunden einteilst bleibt Dir überlassen. Konntest Du einmal keine 16 Stunden schaffen, solltest Du die Stunden, z.B. am Wochenende, nachholen.
- Zur eigenen Kontrolle Deiner Tragezeit hast Du von uns eine Tragekarte mitbekommen. Bitte füll diese aus und bring sie beim nächsten Termin wieder mit in die Praxis.

Umgang mit Deiner Zahnspange:

- Beim Einsetzen achte bitte darauf, dass Du sie mit den Fingern einsetzt und nicht einfach „einbeißt“.
- Beim Rausnehmen achte bitte darauf, dass Du die Zahnspange mit den Fingern im hinteren Bereich hochhebst und nicht im vorderen, da der Bügel an den Schneidezähnen leicht verbiegen kann.
- Reinige Deine Zahnspange täglich mit einer Zahnbürste und Zahnpasta.
- Wenn Du Deine Zahnspange nicht im Mund trägst, bewahre sie bitte in einem Becher mit Wasser auf.
- Für den kurzen Transport Deiner Zahnspange bekommst Du von uns eine Zahnspangendose mit, jedoch kann diese nicht mit Wasser gefüllt werden.

**Bitte halte Deine Kontrolltermine ein und bring Deine Zahnspange zu jedem Termin mit.
Wir wünschen Dir viel Erfolg mit Deiner neuen Zahnspange.**