

Infos & Tipps zur festsitzenden Zahnspange

Allgemeines

- **Vom 1. Bis zum 5. Tag nach dem Einsetzen der festen Zahnspange** 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 der Zähne** übernimmt weiterhin dein „Hauszahnarzt“, der unabhängig von der kieferorthopädischen Behandlung aufgesucht werden sollte.

Essen

- **In den ersten Tagen nach Einsetzen** der festen Zahnspange solltest du weiche Sachen essen.
- **Klebrige Süßigkeiten**, wie z.B. Kaubonbons, Lakritze, Kaugummi, sind erstmal tabu!
- **Harte Nahrungsmittel**, wie z.B. Äpfel, Karotten, Brotkanten und Ähnliches, nicht abbeißen, sondern in kleine 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.

Zähneputzen – Mundhygiene

- **Morgens und abends müssen die Zähne geputzt werden** – öfter geht immer.
- **Du kannst die Zähne nach jedem Essen mit Wasser umspülen.**
- **Verwende zusätzlich das von uns mitgegebene Zahnzwischenraumbürstchen**, um die Stellen unter dem Drahtbogen zwischen den Brackets zu reinigen.
- **2x in der Woche eine Gel-Zahnpasta mit erhöhtem Fluoridgehalt** (wie z.B. Elmex geleé) benutzen.
- **Zusätzlich sind Mundspülungen mit Fluorid ratsam**, wie z.B. Listerine. Idealerweise 2x täglich morgens und abends nach dem Zähneputzen anwenden.



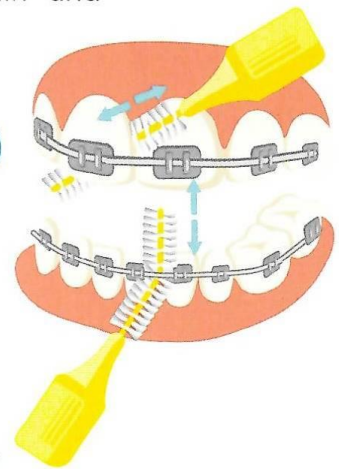
1 BÜRSTEN: reinigt die Zahnoberflächen.

Die Zahnbürste oberhalb der Zahnspange im 45°-Winkel ansetzen und die Zähne vom Zahnfleisch weg reinigen. Die Kauflächen horizontal mit Hin- und Herbewegungen reinigen.

INTERDENTALPFLEGE: reinigt die Zahnzwischenräume.

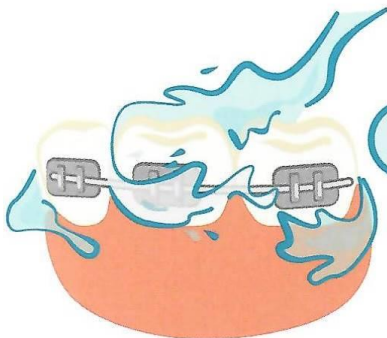
Um das Zahnfleisch nicht zu verletzen, das Bürstchen immer mit der Spitze vom Zahnfleisch weg benutzen.

2



3 SPÜLEN MIT MUNDSPÜLUNG:* erreicht den gesamten Mundraum.

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



* Mundspülungen mit antibakterieller Wirkung wie z.B. LISTERINE®.

** Bakterien, die Mundgeruch, Zahnbelag, Karies und Zahnfleischentzündungen verursachen können.