

Merkblatt zur Handhabung der Retentions-Schiene

- bitte sorgfältig aufbewahren und gegebenenfalls nachlesen -

Liebe Patientin, lieber Patient,

1. Wenn die feste Zahnspange entfernt wird, sind die Zähne nach durchgeführter Zahnbewegung noch leicht beweglich und müssen nun mit Hilfe der Retentions-Schiene stabilisiert werden, um die erreichte Zahnstellung langfristig zu halten; denn die Zähne haben besonders in der Anfangsphase die Tendenz, in Richtung ihrer alten Stellung zurückzuwandern. Deswegen ist es sehr wichtig, dass die Schienen die ersten 6 Wochen 24 h täglich getragen werden. Eine Ausnahme bildet das Weglassen im Fremdsprachenunterricht, falls die Aussprache zu stark beeinträchtigt ist. Nach 6 Wochen wird die Tragezeit langsam nach Anweisung reduziert.

2. In manchen Fällen bauen wir, falls sinnvoll und notwendig, in die Retentions-Schiene noch kleine Einzelzahnkorrekturen ein. Dadurch kann anfänglich ein Spannungs- bzw. Druckgefühl auftreten. Durch Einbeißübungen werden die Zähne sanft in die gewünschte Position gebracht, indem die anfängliche Eigenbeweglichkeit ausgenutzt wird. Dabei ist es wichtig, die Zahnreihen durch ein leichtes Verschieben des Unterkiefers zusammen zu beißen, langsam Druck aufzubauen, den Druck ca. 15 sek. zu halten und wieder zu entspannen. Diese Übungen soll mehrmals täglich wiederholt werden, bis die Schiene ganz oben bzw. unten sitzt.

3. Zum Essen müssen die Schienen aus dem Mund genommen werden.

4. Trinken kann man mit den Schienen lediglich Wasser bzw. Mineralwasser, jedoch keine Fruchtsäfte, Cola oder anderen säurehaltigen Getränke, da diese ebenso wie Gewürze (Curry, Ketchup) zu Verfärbungen führen.

5. Morgens und abends bürstet man die Schienen am besten mit der Zahnbürste und Zahnpasta; bitte nicht in Reinigungslösungen einlegen!

6. Die Schienen dürfen nicht mit heißem Wasser abgespült bzw. in heißes Wasser eingelegt werden, da sich der Kunststoff dann verformt und die Passgenauigkeit beeinträchtigt wird.

7. Transportiert werden sollen die Schienen entweder im Mund oder in der Spannenbox, wegen Verlustgefahr nie in eine Serviette einwickeln. Falls die Schienen doch verloren gehen, bitte umgehend einen neuen Termin vereinbaren. Das Ergebnis der umfangreichen Behandlung ist sonst stark gefährdet.

8. Bei Druckstellen bitte umgehend einen Termin vereinbaren.

9. Zu den Kontrollterminen die Schienen bitte immer mitbringen.