

## IHRE FESTSITZENDE ZAHNSPANGE

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Gratulation, Sie haben heute eine neue Spange bekommen. Das ist der erste Schritt zum perfekten Lächeln. Um Ihnen die jetzt folgende Zeit etwas zu erleichtern, haben wir Ihnen hier ein paar grundlegende Informationen zusammengestellt.

### 1. Die ersten Tage

In den ersten Tagen nach dem Einsetzen der festsitzenden Zahnsperange können Sie ein Gefühl ähnlich einem Muskelkater oder sogar Schmerzen verspüren. Dieses Gefühl lässt in der Regel in den nächsten Tagen nach und verschwindet später vollständig. In dieser Zeit empfehlen wir Ihnen, weiche Kost wie zum Beispiel Suppen, Nudeln oder Joghurt zu sich zu nehmen. Gekühlte Getränke haben sich ebenfalls als angenehm erwiesen, da unsere thermosensitiven Spangen dann weniger Kraft abgeben.

In Ausnahmefällen können sie eine Schmerztablette (Paracetamol 500 mg, maximal 3x über den Tag verteilt) einnehmen. Sollten Sie stärkere Schmerzen haben, rufen Sie uns an.

### 2. Lockere Zähne

Während der Behandlung kann es zu vorübergehenden Lockerungen der Zähne kommen. Dieses Phänomen hat mit den Umbauprozessen des Zahnhalteapparates zu tun. Nach Entfernung der Zahnsperange werden Ihre Zähne wieder genau so fest wie vor der Behandlung sein.

### 3. Zahnpflege

Die Zahnpflege ist durch die festsitzende Zahnsperange eingeschränkt. Daher empfehlen wir, unbedingt die von uns zur Verfügung gestellten Hilfsmittel zu verwenden. Gerne erhalten Sie auf Anfrage auch neue Ersatzbürsten.

Versuchen Sie bitte, sich möglichst nach jeder Mahlzeit die Zähne zu putzen. Sollte dies nicht möglich sein, spülen Sie bitte den Mund mit Wasser aus.

#### Für Ihre Mundhygiene empfehlen wir:

- ▶ **Eine Zahnbürste + fluoridhaltige Zahnpasta:**  
Bitte immer angewinkelt über und unter den Brackets putzen.
- ▶ **Interdentalbürsten:**  
Zur Reinigung zwischen den einzelnen Brackets, genauso wichtig wie die normale Zahnbürste.
- ▶ **Elmex Mundspüllösung sensitiv:**  
Zur täglichen Anwendung als Kariesschutz.
- ▶ **Meridol paro CHX 0,2 % Mundspülung:**  
Bei Zahnfleischentzündungen sowie nach Rücksprache mit Ihrem behandelnden Kieferorthopäden.
- ▶ **Elmex Gelée:**  
Zur Kariesprophylaxe 1 Mal pro Woche (apothekenpflichtig).
- ▶ **Superfloss Zahnseide:**  
1 Mal täglich.

#### 4. Essen

Um den Verlust von Brackets zu vermeiden, sollten Sie bitte nicht direkt von harten Lebensmitteln wie Äpfeln oder Brotkanten abbeißen, sondern sie zuvor klein schneiden. Außerdem vermeiden Sie bitte klebrige Snacks wie zum Beispiel Snickers oder Mars. Fruchtsäfte und Limonaden sind wegen des hohen Zuckergehaltes in Verbindung mit Fruchtsäure ebenfalls bedenklich.

#### 5. Druckstellen

Es dauert einige Tage, bis sich Ihre Mundschleimhaut an die festsitzende Zahnspange gewöhnt hat. Für diese Übergangsphase können Sie den von uns mitgegebenen Schutzwachs verwenden: Trocknen Sie bitte die Stelle an der festsitzenden Apparatur mit einem Wattestäbchen und drücken Sie eine ausreichende Menge Wachs auf die entsprechende Stelle.

Sollte die Druckstelle nicht abheilen, bekommen sie selbstverständlich sofort einen Termin - wir versorgen Ihre Druckstelle entsprechend hier vor Ort.

#### 6. Reparaturen

Reparaturen sind manchmal notwendig, da die Brackets nur aufgeklebt sind. Wenn sich ein Bracket gelöst hat oder der Bogen verrutscht ist, rufen Sie bitte sofort in unserer Praxis an. Sie bekommen dann umgehend einen Termin.

#### 7. Gummizüge

Gummizüge dienen der schnelleren Korrektur der Zahnstellung. Um den Behandlungserfolg zu sichern, richten Sie sich bitte genau an die Angaben Ihres Behandlers.

Diese Gummizüge sollten täglich von Ihnen gewechselt werden. Dabei kann es durchaus zu einer vorübergehenden Empfindlichkeit der Zähne kommen.

Neue Gummizüge werden selbstverständlich jederzeit von uns zur Verfügung gestellt.

#### 8. Termine

Patienten mit einer festsitzenden Zahnspange kommen in der Regel alle 4-6 Wochen zur Kontrolle in unsere Praxis. Die Terminintervalle können aber je nach Behandlungsphase variieren. Bei diesem Termin wird gewöhnlich der Bogen in den Brackets gewechselt.

In Ihrem eigenen Interesse sollten Sie diese Termine bitte einhalten oder rechtzeitig absagen. Bei Terminen außerhalb der regulären Kontrollen bitten wir Sie, diesen Termin vorab telefonisch zu vereinbaren.

**Die halbjährlichen Kontrolluntersuchungen sowie die Prophylaxe sollten weiterhin bei Ihrem Hauszahnarzt stattfinden.**

Bei Fragen oder Anregungen aber auch Kritik, können Sie sich stets an uns wenden.

**Ihr ADENTICS-Praxisteam**