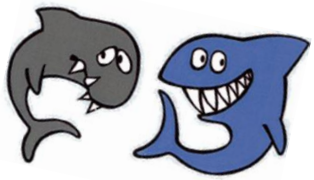
Anleitung zum Verhalten während einer Kieferorthopädischen Behandlung



Während der Behandlung gibt es vier wichtige Regeln.

1. Gute Mitarbeit

Du hast heute deine erste herausnehmbare Zahnspange bekommen. Wenn dir nichts anderes gesagt wurde, trägst du sie jeden Tag 4 Stunden und die ganze Nacht.

Damit deine Zähne sich gut bewegen können, musst du regelmäßig zu den Terminen kommen. Wenn du mal nicht kommen kannst, sag bitte vorher Bescheid.

Und ganz wichtig: Nimm deine Zahnspange auch mit in den Urlaub, damit die Behandlung nicht stoppt. Denn dadurch kann viel Fortschritt bei der kieferorthopädischen Behandlung wieder zurück gehen.

2. Achtsame Handhabung

Wenn deine Zahnspange nicht im Mund ist, kommt sie immer in die Dose, die du bekommen hast. So geht sie nicht kaputt und du verlierst sie nicht.

Wenn du sie herausnimmst:

- Spüle sie kurz mit Wasser ab
- Putze sie einmal am Tag mit Zahnbürste und Zahnpasta
- Zusätzlich kannst du sie in eine Reinigungslösung legen (z. B. Kuki's)

3. Gute Mundhygiene

Zum Zähneputzen nimmst du deine Zahnspange immer heraus. Putze deine Zähne nach jedem Essen und mindestens 3 Minuten lang.

Eine gute Mundhygiene ist wichtig, damit sich keine Beläge unter der Spange bilden und Zähne sowie Zahnfleisch gesund bleiben.

4. Bei Problemen

Wenn deine Zahnspange:

- drückt
- zu locker ist
- zu fest sitzt
- kaputt ist

… dann **melde dich** bitte schnellstmöglich in der Praxis. Lass die Zahnspange nicht einfach aus, ohne dass wir es wissen.

Wir wünschen dir viel Erfolg mit der losen Zahnspange!

Du kannst dich bei Problemen immer **telefonisch** oder **per Whatsapp** **-** 02161 / 64 11 10 melden!

SOS – was kann ich bei Problemen tun

Die lose Zahnspange passt nicht mehr	Man kann selber versuchen, an der losen Zahnspange 1–2-mal in die entgegengesetzte Richtung des Pfeils zu stellen. Möglichst weiter tragen. Falls die Zahnspange immer noch nicht passen sollte, ist es besser einen Termin zu vereinbaren.
Die Zahnspange fällt nachts raus	Die Zahnspange wird als Fremdkörper angesehen. Daher ist es sinnvoll, die Zahnspange tagsüber etwas mehr zu tragen, damit der Körper sich bei Bewusstsein daran gewöhnen kann.
Etwas ist an der losen Zahnspange abgebrochen	Bitte einen Termin vereinbaren, da es möglicherweise repariert werden muss.