

## TRAGE- UND PFLEGEHINWEISE AKTIVE PLATTE

Liebe Patientin/Lieber Patient,

Du hast heute Deine neue Spange, ein sog. „aktive Platte“ bekommen.

### Wie funktioniert meine Spange?

Die „aktiven“ Elemente Deiner Spange bestehen aus Draht und aus den kleinen eingearbeiteten Schraubchen in deiner Spange. Die Drahtfedern bewegen die Zähne indem sie Druck auf die Zähne ausüben. Die Schrauben verschieben die Kunststoffanteile, so dass die Spange breiter oder länger wird. Die übrigen Drähte sind nur Halterungen, damit die Spange nicht aus dem Mund fällt.

Du bekommst von uns gesagt wie häufig Du welche Schraube aktivieren, d. h. drehen musst.  
Gedreht wird immer nur in Pfeilrichtung!  
Wenn gedreht wurde, drückt die Spange anfangs wieder etwas stärker, der Druck lässt aber bald nach.

### Wie häufig muss ich die Spange tragen?

In der Regel sollte sie täglich 14-16 Stunden getragen werden. Das bedeutet über die komplette Nacht und zusätzlich tagsüber bei den Hausaufgaben, beim Fernsehen, beim Lesen, am Computer und bei anderen „häuslichen“ Aktivitäten.

Die Spange nur nachts zu tragen ist definitiv zu wenig!  
Normalerweise brauchst Du sie nicht mit in die Schule zu nehmen, außer wir haben es ausdrücklich vereinbart.  
Trage sie nicht beim Sport, da die Verletzungsgefahr sonst erhöht ist.

Die Spange kann nur aktiviert werden (s. o.) wenn Du die Tragezeit einhältst. Sonst wird sie zu groß und geht beim Einsetzen nicht mehr ganz runter. Du merkst es daran, dass sie nicht einklickt und locker sitzt.

### Wie gehe ich mit meiner Spange um?

Putze die Spange morgens und abends mit Zahnbürste und Zahnpasta. Sonst fängt sie, durch die vom Mund auf die Spange übertragenen Bakterien, mit der Zeit an zu stinken und entwickelt einen unangenehmen Geschmack. Benutze für die Spange eine separate Zahnbürste, da die Borsten der „Spangenburgel“ schnell verbiegen und die Zähne damit nicht mehr effektiv gereinigt werden können.

Achte darauf die Drähte beim „Schrubben“ nicht zu verbiegen.  
Zusätzlich kannst Du 1 x wöchentlich Zahnsparngereiniger-Tabs benutzen. Du bekommst sie in der Drogerie.

Bewahre die Spange in deiner Spangenbox oder einem anderen luftdurchlässigem Gefäß auf.  
Transportiere die Spange auch in Deiner Spangenbox und niemals lose in der Tasche.  
Wenn Du die Spange beim Essen ausziehst, wickle sie nicht in eine Serviette und lege sie neben den Teller, denn erfahrungsgemäß landet sie dann gerne im Abfall. Lege sie besser in Deine Spangenbox.

Sollte Deine Spange wehtun oder nicht mehr passen, vereinbare unverzüglich einen Termin in der Praxis und warte nicht bis zum nächsten Kontrolltermin. Denn jedes Weglassen der Spange ist verlorene Zeit und verlängert die Behandlungsdauer.

**Bei Fragen sind wir jederzeit gerne für Dich da!**