

INFOBLATT & PFLEGEANLEITUNG ZUR FESTEN ZAHNSPANGE

Liebe Patientin/Lieber Patient,

Du hast heute Deine neue „feste“ Zahnsperange, eine sog. „Multi-Bracket-Apparatur“ eingesetzt bekommen.

Wie funktioniert meine Spange?

Auf jedem Zahn wurde ein Metallplättchen (Bracket) oder ein Metallring (Band) befestigt. Die Brackets und Bänder haben einen Schlitz, durch den der Bogen geführt wird. Dieser ist anfangs sehr dünn und wird dann gegen immer dicker werdende Bögen ausgetauscht. Über die Brackets hängen die Zähne ähnlich wie Perlen auf einer Schnur am Bogen und werden entlang der Bogenform ausgerichtet.

An den ersten Tagen mit der festen Spange wirst Du wahrscheinlich mit folgenden typischen Startproblemen zu kämpfen haben:

- Druckgefühl an den Zähnen und Schmerzen beim Kauen

In der ersten Zeit hilft weiche Nahrung wie z.B. Kartoffelbrei, weich gekochte Nudeln usw.

Da die Bögen auf Kälte weniger Druck ausüben, halte immer eine Flasche mit gekühltem Wasser zum Spülen bereit. Behalte das Wasser einige Zeit im Mund, bis Besserung eintritt.

Vor dem Schlafen kann bei akuten Schmerzen auch eine leichte Schmerztablette (Ibuprofen, Paracetamol) nach Gebrauchsanweisung eingenommen werden.

Sollte nach 5 Tagen noch keine Besserung eingetreten sein, vereinbare bitte einen SOS-Termin in der Praxis.

- Reizung der Mundschleimhaut

Der gesamte Mundinnenraum ist sehr empfindlich was Veränderungen wie Rauigkeiten oder Erhöhungen an der Spange betrifft. Schnell kann es zu kleinen Wunden und Aphten an Schleimhaut, Zunge oder Lippen kommen. Diese heilen in der Regel schnell wieder ab, dabei beschleunigt das Spülen mit Kamillentinktur oder Salbeitee den Heilungsprozess.

Decke die störende Stelle in der Akutphase mit dem Schutzwachs ab, welches Du von uns bekommen hast. Normalerweise benötigst Du es nach ein paar Tagen nicht mehr, da sich der Mundinnenraum an die neue Situation gewöhnt hat.

Sollte nach 5 Tagen noch keine Besserung eingetreten sein, vereinbare bitte einen SOS-Termin in der Praxis.

Das Zähneputzen mit der festen Spange:

Das Zähneputzen ist nun durch die feste Spange komplizierter und zeitaufwändiger als zuvor.

Trotz des erhöhten Aufwandes ist es nun ganz besonders wichtig die Zähne sauber zu halten, damit später keine hässlichen kreidig-weißen Flecken zurückbleiben.

Gereinigt werden muss nach jeder Mahlzeit.

Dabei sollte eine fluoridhaltige Zahncreme benutzt werden.

1. Zuerst mit der Zahnbürste (elektrisch oder von Hand) alle Flächen gründlich reinigen.
Alle 3 Monate sollte die Zahnbürste oder der Bürstenkopf erneuert werden.
2. Danach mit dem Interdentalbürstchen zwischen den Brackets und unter dem Bogen reinigen.
Dabei die Bürste immer vom Zahnfleisch weg führen (von Rot nach weiß) und unter klarem Wasser ausspülen, bevor der nächste Zahn gereinigt wird.

Eine Munddusche kann nur Speisereste, nicht aber die Zahnbeläge entfernen. Sie ist deshalb höchstens zur Vorreinigung der Zähne sinnvoll.

Zusätzlich sollte abends nach der Zahnreinigung zur Keimreduktion für mind. 30s mit einer Mundspüllösung gespült werden. Danach nichts mehr Essen oder Trinken.
Auch das Putzen mit Elmex-Gelee (1x pro Woche) hilft, die Zähne widerstandsfähiger gegen Karies zu machen.

Bitte bringe zu jedem Kontroll-Termin Deine Zahnbürste mit, damit wir mit Dir bei Bedarf das Putzen noch etwas üben können.

Auch wenn als Zusatzleistung das kieferorthopädische Prophylaxepaket mit regelmäßiger Reinigung und Versiegelung der Zahnflächen in Anspruch genommen wird, kann nicht auf die Kontroll- und Prophylaxetermine beim Zahnarzt verzichtet werden!

Das Essen mit der festen Spange:

Auf folgende Dinge solltest Du während der Zeit mit der festen Spange verzichten, um zu vermeiden, dass sich die Brackets häufig vorzeitig lösen:

- Nüsse (auch nicht in der Schokolade)
- Gezuckerte Kaugummi, Karamellbonbons, Gummibärchen und alle anderen extrem klebrigen Lebensmittel
- Harte Sachen wie Brotkrusten oder krosser Pizzarand

Hartes Obst und Gemüse (z.B. Äpfel oder Karotten, Kohlrabi usw.) vor dem Essen in mundgerechte Stücke schneiden, damit sie nicht abgebissen werden müssen.

Sollte sich doch etwas lösen, vereinbare bitte einen SOS-Termin in der Praxis und sage gleich am Telefon, dass sich etwas an der festen Spange gelöst hat, damit wir die nötige Zeit einplanen können. Gelöste Teile der Zahnspange bitte immer mitbringen!

Bei Fragen sind wir jederzeit gerne für Dich da!