

## Liebe Patientin, lieber Patient,

heute wurde Dir eine neue Spange(Platte) eingesetzt, mit der Deine Zahnstellung reguliert werden soll. Der Erfolg der Behandlung hängt davon ab, wie gut Du diese Geräte trägst. Wir erwarten also eine regelmäßige und intensive Mitarbeit und möchten Dir daher erklären, wie solche Spangen wirken und welche Regeln beachtet werden müssen.



### Wie setzt man die Platten ein und wie nimmt man sie heraus ?

Die Oberkieferplatte wird in den Mund gesetzt und mit beiden Daumen gegen den Gaumen gedrückt, bis sie richtig sitzt. Die Unterkieferplatte drückst du mit beiden Zeigefingern nach unten. Setze bitte nie die Platten lose ein und versuche nie, sie durch Zubeißen in die richtige Lage zu bringen; die Drähte können dabei leicht verbiegen und die Platte passt dann nicht mehr oder drückt. Platten sollen fest zwischen den Zähnen sitzen. Bitte spiele nicht mit ihnen oder biege an den Klammern herum. Fasse die Platten beim Herausnehmen an den hinteren seitlichen Drahtelementen an. Nicht am vorderen Bogen, der sich sonst zu leicht verbiegt. Die untere Spange lässt sich beim Herausnehmen auch mit der Zunge etwas anheben.

### Wann sollen die Spangen getragen werden?

Je öfter Du Deine Spangen einsetzt, um so besser und schneller lässt sich Dein Gebiss regulieren. Um richtig wirken zu können, müssen die Spangen regelmäßig die ganze Nacht und mindestens 5-6 Stunden am Tage im Mund sein. Nur beim Essen und beim Sport sollen sie nicht eingesetzt werden.

Während der kieferorthopädischen Behandlung ist wegen des erhöhten Kariesrisikos eine besonders gute Mundhygiene erforderlich.

**Putze bitte nach jedem Essen die Zähne** und spüle den Mund nach den Zwischenmahlzeiten aus, wenn Du keine Gelegenheit zum Zähneputzen hast.

### Wo sollen die Spangen aufbewahrt werden?

**Stoßgeschützt in einer Spangendose**, die du von uns erhältst. Spangen gehören weder lose in der Hosentasche oder in den Ranzen noch unter Schulbank, auch sollten sie zu Hause nicht lose herumliegen. Beim Essen im Restaurant bitte Spangen nicht in eine Serviette wickeln (und dann vergessen), sie gehört auch nicht lose ins Urlaubsgepäck. Schreibe Namen und Adresse auf die Dose, damit Du sie zurückerhältst, wenn sie einmal verloren geht.



### Wie bleiben Deine Spangen appetitlich und sauber?

Jeden Tag mit Zahnbürste und Zahnpasta putzen, halte die Spange dabei am Kunststoff fest. Bitte koche die Solange niemals aus, weil sie sich dabei verformen und danach nicht mehr passen.

In manchen Platten ist eine Schraube zum Verstellen; was macht man damit?

Die Metallschraube ist zum Weiterstellen der Spange. Von uns erhältst Du einen kleinen Schlüssel, mit dem Du die Schraube selbst verstellen kannst. Immer in Pfeilrichtung und eine Umdrehung in der Woche.

Sollte die Platte nach dem Schrauben einmal zu sehr drücken oder nicht mehr richtig passen, kannst Du Dir selber helfen, indem Du die Schraube (entgegen der Pfeilrichtung) etwas zurückdrehst und mit dem Nachstellen noch ein paar Tage wartest.

#### **Kontrolltermine?**

Soll Deine Regulierung erfolgreich und ohne Probleme verlaufen, müssen die Spangen regelmäßig kontrolliert und nachgestellt werden. Die vereinbarten Termine bitte pünktlich einhalten.

**Bei Schmerzen, Verlust oder Beschädigung der Platten bitte in der Praxis anrufen und dann möglichst rasch einen Termin vereinbaren.**

**Auf gar keinen Fall solltest Du das Tragen der Spangen längere Zeit aussetzen.**

**Werden die Spangen nicht regelmäßig getragen, dann rutschen Deine Zähne und Kiefer schnell wieder in die alte Stellung zurück.**

Deine Behandlung dauert dadurch nicht nur wesentlich länger, es ist auch schwieriger, ein gutes Ergebnis zu erreichen.

Regelmäßiges und fleißiges Tragen hat aber noch einen anderen Sinn:

Wird die Möglichkeit, die schief stehenden Zähne in jungen Jahren zu regulieren, durch unzureichendes Tragen vertan, ist eine kieferorthopädische Behandlung später viel aufwendiger, risikoreicher und meist weniger erfolgreich.

Häufig müssen dann festsitzende Spangen eingesetzt werden.

*Also nutze Deine Chance jetzt !*



**Dr. Stephan Graefe • Kieferorthopäde**

Rathausstraße 32 • 68519 Viernheim  
Telefon:06204/ 96993-10 • Fax:06204/ 96993-33 email:verwaltung@praxis-graefe.de  
web: www.praxis-graefe.de