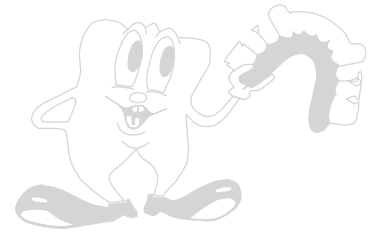


Dr. Frank Nötzel

Fachzahnarzt für Kieferorthopädie
Wismarsche Str. 4 – 18057 Rostock
Tel. 0381 / 375 07 22



Hinweise an Patienten mit Zahnspangen

Liebe Patientin, lieber Patient !

Heute wurde Dir eine neue Zahnspange eingesetzt, mit der Deine Zahnstellung reguliert werden soll. Der Erfolg der Behandlung hängt davon ab, wie gut Du dieses Gerät 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 setzt Du in den Mund und drückst sie mit beiden Zeigefingern nach unten. Setze niemals die Platten lose ein und versuche, sie durch Zubeißen in die richtige Lage zu bringen; die Drähte können dabei leicht verbiegen und die Platte passt dann nicht mehr oder drückt. Die 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 seitlichen Drahtelementen an und nicht an dem vorderen Bogen, der sich sonst 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, umso besser und schneller lässt sich Dein Gebiss regulieren. Um richtig wirken zu können müssen die Spangen

**regelmäßig die ganze Nacht und
mindestens 4 Stunden am Tag (meist nachmittags) im Mund sein.**

Nur beim Essen und beim Sport sollen sie nicht eingesetzt werden. Trägst Du die Spangen beim Essen, so besteht die Gefahr, dass Speisereste zwischen der Platte und den Zähnen kleben bleiben, was zur Entkalkung des Zahnschmelzes und zu Karies führen kann.

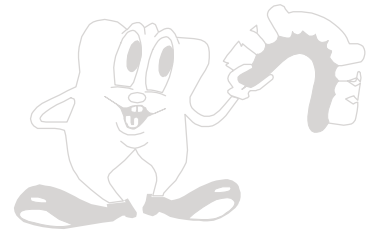
Während der kieferorthopädischen Behandlung ist wegen des erhöhten Kariesrisikos **eine besonders gute Mundhygiene** erforderlich. Putze daher die Zähne nach jedem Essen und spüle den Mund nach den Zwischenmahlzeiten zumindest aus, wenn Du keine Gelegenheit zum Zähneputzen hast.

Wo sollen die Spangen aufbewahrt werden, wenn sie nicht im Munde sind ?

Wenn Du Deine Spangen nicht trägst, sollst Du sie stoßsicher in einer Spangendose aufbewahren. Sie gehören weder lose in die Hosentasche oder in den Ranzen noch unter die Schulbank, auch sollten sie zu Hause nicht lose herumliegen. Beim Essen in einem Restaurant darfst Du die Spangen nicht in eine Serviette wickeln (und dann vergessen), sie gehören auch nicht lose ins Urlaubsgepäck. Schreibe Namen und Adresse in die Spangendose hinein, damit Du sie zurück erhältst, wenn sie einmal verloren geht.

Wie bleiben Deine Zahnspangen hygienisch und sauber ?

Du kannst Deine Spangen mit Reinigungstabletten säubern. Genau so gut und billiger geht es auch, indem Du sie jeden Tag mit Zahnbürste und Zahnpasta reinigst. Fasse sie dabei aber nicht an den Drähten an (diese können sich dabei verbiegen), sondern halte sie am Kunststoff fest. Bitte koche die Spangen niemals aus, weil sie sich dabei verformen und danach nicht mehr passen!



Wann muss Dein Kieferorthopäde nach Deinen Spangen schauen ?

Soll die Zahnregulierung erfolgreich und ohne Probleme verlaufen, müssen die Spangen regelmäßig kontrolliert und nachgestellt werden. Die vereinbarten Termine solltest Du pünktlich einhalten.

Bei auftretenden **Schmerzen, Verlust** oder **Beschädigung** der Apparatur oder, wenn eine **Spange nicht richtig passt**, solltest Du - abweichend vom ursprünglich abgesprochenen Termin - möglichst **sofort zu uns kommen**.

In solchen **Notfällen** bekommst Du immer kurzfristig einen Termin.
Du erreichst uns unter der Rostocker **Telefonnummer 375 07 22**.

Auf keinen Fall solltest Du im Tragen der Spange längere Zeit aussetzen - aus welchen Gründen auch immer (Schmerzen, Krankheit, Ferien oder Ferienlager).

Werden die Spangen nicht regelmäßig getragen und lässt Du sie nur ein paar Tage aus, rutschen Zähne und Kiefer sehr rasch wieder in die alte Stellung zurück und Dein monatelanges, fleißiges Tragen war umsonst. Deine Behandlung dauert dadurch nicht nur wesentlich länger, es ist auch schwieriger, ein gutes Ergebnis zu erreichen. Wäre das nicht schade?

Wird die Möglichkeit, die schiefstehenden Zähne in jungen Jahren zu regulieren, durch unzureichendes Tragen Deiner Spange vertan, ist eine kieferorthopädische Behandlung später viel aufwendiger, risikoreicher und meist weniger erfolgreich. Eine Bezahlung durch die Krankenkasse erfolgt oft nicht mehr.

Häufig müssen dann festsitzende Spangen eingesetzt werden und nicht selten ist eine spätere Zahnregulierung nur durchführbar, wenn mehrere bleibende Zähne gezogen werden.

Also nutze Deine Chance jetzt !

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

Vielleicht ist auch in Deiner Spange eine Metallschraube, mit der man die Platte breiter stellen kann. Dann kann es sein, dass wir Dir einen kleinen Schlüssel mitgeben, mit dem Du die Schraube selbst verstellen kannst. Du musst das dann genau so tun, wie es Dir gezeigt wurde. Besonders die Richtung in die Du drehst, ist wichtig: sie ist mit einem Pfeil markiert.

Sollte die Spange nach dem Schrauben einmal zu sehr drücken oder nicht mehr richtig passen, kannst Du Dir selber helfen, indem Du die Spange (entgegengesetzt der Pfeilrichtung) etwas zurückdrehst und mit dem Nachstellen noch ein paar Tage wartest. Lässt sich die Schraube sehr schwer drehen, kannst Du sie etwas ölen (nimm aber Speiseöl aus der Küche dazu).

Mit lieben Grüßen,

Das Praxisteam