

## KIEFERORTHOPÄDISCHE PRAXIS DR MED DENT SIGRID SEEGER-WALTER

# SO TRAGEN UND PFLEGEN SIE IHRE INVISALIGN®-SCHIENEN RICHTIG

## UND VERMEIDEN BESCHÄDIGUNGEN

### Allgemeine Empfehlungen:

1. Waschen Sie Ihre Hände gründlich mit Seife und Wasser, bevor Sie die Aligner einsetzen
2. Nehmen Sie die Aligner aus der Verpackung und spülen Sie sie mit kaltem Wasser ab.
3. Setzen Sie immer jeden Aligner einzeln ein, bitte vorher Zähne gründlich putzen.
4. Tragen Sie die Aligner wie von uns empfohlen täglich 20 bis 22 Stunden und die Gummizüge nach Vorgabe.

### Das sollten Sie beim Einsetzen beachten:

1. Vergewissern Sie sich, dass Sie jeweils für Ober- und Unterkiefer den richtigen Aligner verwenden, und achten Sie auf die Kennzeichnung:
2. Auf jedem Aligner sind Ihre Behandlungsnummer sowie ein „U“ (engl. upper Ober...) für Oberkiefer oder ein „L“ (engl. lower Unter...) für Unterkiefer eingestanz, gefolgt von der Stufennummer.
3. Sie können entweder den oberen oder den unteren Aligner zuerst einsetzen. Drücken Sie dazu die Schienen vorsichtig über die Frontzähne. Üben Sie dann mit den Fingerspitzen gleichmäßigen Druck auf die Oberseite der linken und rechten Backenzähne aus, bis der Aligner fest sitzt.
4. Beißen Sie auf keinen Fall die Zähne zusammen, um die Aligner in die gewünschte Position zu bringen! Dadurch könnten die Schienen beschädigt oder die Knöpfchen abgebissen werden.



### Und darauf kommt es beim Herausnehmen an:



1. Um eine Beschädigung zu vermeiden, sollten Sie die Aligner nur herausnehmen, wenn dies wirklich erforderlich ist.
  2. Ziehen Sie die Aligner mit den Fingerspitzen vorsichtig von den Zähnen. Beginnen Sie dabei auf einer Seite bei den Backenzähnen und arbeiten Sie sich langsam bis zur anderen Seite vor.
  3. Verwenden Sie zum Herausnehmen der Aligner keine scharfkantigen Gegenstände! Sie erhalten von uns ein Aligner-Starter-Kit mit verschiedenen Hilfsmitteln und wir zeigen Ihnen, wie Sie sie benutzen.
  4. Spülen Sie die Aligner sofort mit Wasser ab. Lassen Sie überschüssiges Wasser abtropfen und bewahren Sie die Schienen bitte nur in dem Schutzbehälter auf, den Sie mit dem Starter-Kit bekommen.
  5. Gehen Sie beim Herausnehmen der Aligner immer sehr behutsam vor, besonders, wenn sich mehrere Attachments auf Ihren Zähnen befinden. Achten Sie darauf, dass Sie beim Abziehen keine übermäßige Kraft anwenden, weil die Schienen dadurch verbogen oder verdreht werden könnten.
- Verwenden Sie das „Easylift“ Häkchen aus dem Starter Kit. Wenn Ihnen das Herausnehmen der Aligner größere Schwierigkeiten bereitet, wenden Sie sich bitte an uns.

### Achtung:

In ganz seltenen Fällen ist es möglich, dass bei einigen Patienten allergische Reaktionen auf das Aligner-Kunststoffmaterial auftreten. Dann muss die Verwendung sofort abgebrochen und medizinischer Rat eingeholt werden. Sollten Sie betroffen sein, wenden Sie sich bitte unverzüglich an uns, wir werden dann auch den Hersteller Align Technology informieren.

## SO TRAGEN UND PFLEGEN SIE IHRE INVISALIGN®-SCHIENEN RICHTIG UND VERMEIDEN BESCHÄDIGUNGEN

### Die tägliche Pflege:

1. Reinigen Sie die Aligner vor jedem Einsetzen. Verwenden Sie dazu eine weiche Zahnbürste und eine gelförmige Zahnpasta (z. B. Meridol). Kaltes oder handwarmes Wasser und etwas Seife, Spülmittel helfen in der Not.

Spülen Sie die Aligner nach der Reinigung gründlich mit Wasser ab. Wir empfehlen außerdem, einmal pro Woche oder nach Bedarf z. B. Invisalign® Schienen-Reinigungsprodukte (Cetron®) zu verwenden, die Sie bei uns kaufen können.

2. Benutzen Sie für die Reinigung der Aligner auf keinen Fall übliche Gebissreiniger und tauchen Sie sie nicht in Mundwasser ein! Diese Produkte können die Oberfläche der Schienen beschädigen und sie matt werden lassen – das macht sie sichtbar.

### Die richtige Mundhygiene:

1. Nehmen Sie die Aligner vor dem Essen und Trinken heraus, es sei denn, Sie trinken kaltes Wasser.

2. Nach jeder Mahlzeit oder Zwischenmahlzeit sollten Sie die Zähne putzen und mit Zahnseide pflegen, bevor Sie die Aligner wieder einsetzen.

Wenn Sie Ihr Reinigungssystem oder eine Zahnbürste gerade nicht zur Hand haben, spülen Sie den Mund aus. Reinigen Sie dann die Aligner, indem Sie sie unter fließendes handwarmes Wasser halten. Diese Methode ist zwar nicht optimal, aber immerhin eine Notlösung. Sobald Sie die Möglichkeit dazu haben, sollten Sie die Aligner dann unbedingt gründlich und sachgemäß reinigen.

3. Wenn Sie Fragen zu den Hygienetechniken haben, lassen Sie sich bitte von uns schulen.

4. Wir empfehlen professionelle Zahnreinigung sowie regelmäßige zahnärztliche Untersuchungen, um Zähne und Zahnfleisch gesund zu halten.

### So bewahren Sie Ihre Aligner am besten auf:

1. Zum Starter-Kit gehören verschiedene Hilfsmittel und eine rote/blau Dose, in der Sie die Aligner aufbewahren sollten, wenn Sie sie gerade nicht tragen. So können die Schienen nicht so leicht verloren gehen oder beschädigt werden.

2. Wenn Sie zur nächsten Stufe wechseln (z. B. Stufe 2), legen Sie die vorher genutzten Aligner (z. B. Stufe 1) zurück in die nummerierte Aligner-Tüte. Bewahren Sie die zuletzt verwendeten Schienen immer auf.

3. Sollte ein aktueller Aligner einmal verlorengehen oder beschädigt werden, sprechen Sie mit uns. Möglicherweise raten wir Ihnen, vorübergehend die Aligner der letzten Stufe zu tragen, bis der Ersatz angefertigt ist. Es ist manchmal auch möglich, dann gleich zum nächsten Schienenset überzugehen.

4. Sofern wir Ihnen keine anderen Empfehlungen gegeben haben, bewahren Sie am besten alle älteren Aligner in der entsprechenden Tüte in Ihrem Invisalign®-Karton auf. Achten Sie darauf, dass er weder für kleine Kinder noch für Haustiere zugänglich ist (Hunde lieben Zahnsplangen).

