

## Informationsblatt „CA® Clear-Aligner“

Heute haben Sie Ihr erstes Set der CA®-Schienen bekommen. Damit die Behandlung den richtigen Verlauf nimmt, empfehlen wir folgendes Vorgehen beim Tragen und bei der Pflege:

### Behandlungsverlauf:

Die Dauer der Behandlung ist abhängig davon, wie oft Sie die Schiene tragen. Auf jeden Fall sollten Sie sie **die ganze Nacht** und **mindestens sechs Stunden am Tag** tragen.

Sie können die Behandlung wesentlich beschleunigen, wenn Sie Ihre Schiene durchgehend tragen, außer während des Essens und der Mundhygiene.

- Bitte beginnen Sie mit der Starter-Schiene Nr. 1 (0,5 mm) und tragen diese, bis Sie keinen Druck mehr auf den Zähnen spüren, **mindestens aber eine Woche** lang.
- Danach setzen Sie die Schiene Nr. 2 (0,6 mm) ein und tragen diese auf die gleiche Weise, ebenfalls mindestens eine Woche lang.
- Zuletzt tragen Sie die Stabilisierungsschiene Nr. 3 (0,75 mm) genauso wie die beiden vorherigen Schienen – diese Schiene tragen Sie aber **mindestens zwei Wochen** lang.
- Nach der Tragezeit von **mindestens vier Wochen** erfolgt ein Kontrolltermin und, wenn geplant, eine Abdrucknahme für ein neues Schienen-Set.

**Bitte belassen Sie die Schiene mindesten eine Stunde vor dem Termin auf den Zähnen, damit wir die Endzahnstellung, die mit der letzten Schiene zu erreichen ist, möglichst ideal beurteilen können.**

### Druckstellen:

- Sollten Sie Druckstellen am Zahnfleisch bekommen, melden Sie sich bei uns und kommen vorbei, damit wir die Schiene einschleifen können.  
Sollte es Ihnen nicht möglich sein, in die Praxis zu kommen, können Sie störende Ränder mit einer kleinen gebogenen Nagelschere auch selbst entfernen. Scharfe Kanten lassen sich zur Not gut mit einer Nagelfeile glätten.

### Reinigung:

- Wenn Sie die Schiene aus dem Mund nehmen, sollte sie am besten in einer Zahnspangendose aufbewahrt werden. Vorher empfehlen wir die Schiene mit der Zahnbürste und Zahnpasta gründlich zu reinigen oder – wenn dies nicht möglich ist – wenigstens mit klarem Wasser abzuspülen.
- Zur gründlichen Reinigung können Sie eine Lösung aus 50% Haushaltsessig (4%) und 50% Wasser benutzen. In der Lösung lassen Sie die Schiene etwa zehn Minuten liegen und reinigen sie anschließend wie gewohnt mit einer Zahnbürste und Zahnpasta. Anstatt Essig-Wasserlösung können Sie auch handelsübliche Reinigungstabletten für Zahnspangen und Prothesen verwenden.  
Die Schiene ist aus thermoelastischem Material angefertigt, daher **die Schiene bitte keiner Hitze aussetzen und nicht in heißes Wasser legen!**

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg für die Behandlung und viel Freude an Ihren (bald) schönen geraden Zähnen!