

Informationsblatt „Herausnehmbare Zahnspange“

Heute hast du deine herausnehmbare („lose“) Zahnspange bekommen. Damit die Behandlung einen richtigen Verlauf nimmt, gibt es einige Punkte, die du beachten solltest:

- Die Dauer der Behandlung ist abhängig davon, wie oft du die Zahnspange trägst. Auf jeden Fall musst du sie **die ganze Nacht** und **mindestens drei Stunden am Nachmittag** tragen. Du kannst die Spange natürlich auch in der Schule tragen, außer während des Essens und beim Sport.
- Wenn die Spange nicht in deinem Mund ist, sollte sie in ihrer **Zahnspangendose aufbewahrt** werden. Vorher musst du sie mit **Zahnbürste und Zahnpasta gründlich reinigen** oder – wenn dies nicht möglich ist – wenigstens mit klarem Wasser abspülen. Mit Zahnbürste und Zahnpasta solltest du deine Spange **mindestens zweimal täglich reinigen**.
- Wenn du unterwegs bist, nimm bitte immer deine Spangendose mit. Sie ist der sicherste Ort, um deine Spange aufzubewahren. Bitte die Spange nicht in die Hosentasche stecken oder in eine Serviette, z. B. im Restaurant, einwickeln – dort kann sie verbiegen, zerbrechen oder verloren gehen!
- An deiner Spange sind Schrauben, die du gegebenenfalls verstellen musst. Denke daran, sie immer **in Pfeilrichtung** und **immer nur einmal** zu verstellen. Welche Schraube wie oft verstellt werden muss, zeigen wir dir in der Praxis:

Oberkiefer

Drehe die mittlere Schraube in die eingezeichnete Richtung

_____x wöchentlich/14-tägig

Drehe die seitliche Schraube in die eingezeichnete Richtung

_____x wöchentlich/14-tägig

Unterkiefer

Drehe die mittlere Schraube in die eingezeichnete Richtung

_____x wöchentlich/14-tägig

Drehe die seitliche Schraube in die eingezeichnete Richtung

_____x wöchentlich/14-tägig

Wir wünschen dir viel Erfolg für die Behandlung und viel Spaß an deinen (bald) schönen geraden Zähnen!