

Warum brauche ich eine Schiene?

Die Schiene, die Ihnen von unserem Praxisteam angefertigt worden ist, erfüllt verschiedene Aufgaben: Sie schützt die Zähne vor weiterer Zerstörung.



Abradierte Zähne

Sie unterbindet durch ihre angepasste Form das Knirschen. Sie gleicht Fehler in den Kauflächen der Zähne aus und verteilt die auftretenden Kaukräfte auf alle Zähne gleichmäßig, was Zahnschonender ist. Sie bringt auf Dauer die Zahnreihen des Ober- und Unterkiefers auseinander, da die Haltung des Unterkiefers verändert wird.

Wie lange muss ich diese Schiene tragen?



Stark abradierte Oberkieferfrontzähne.

Im Einzelfall werden genaue Anweisungen für die Tragedauer gegeben. Es gibt allerdings auch allgemein gültige Regeln, die jeder Patient beachten sollte: Um sich an seine neue Schiene zu gewöhnen und die akuten Beschwerden zu verbessern, ist eine anfängliche Tragedauer von mindestens acht Wochen notwendig. Wenn es momentan keine Aussicht gibt, dass der Patient seine persönliche Stresssituation ändern kann, muss die Schiene solange getragen

werden, bis sich die persönliche Situation des Patienten ändert. Dies kann bedeuten, dass man auch lebenslang eine Schiene tragen muss. Im Urlaub braucht man die Schiene nicht zu tragen, weil normalerweise keine Stresssituation vorliegt. Die Lebenssituation ist im Urlaub eine andere, vorausgesetzt Sie sind nicht in Ihrer gewohnten Umgebung (zu Hause). Patienten die Knirschen, sollten die Schiene nur zum Schlafen tragen. Patienten die Pressen sollten die Schiene auch zusätzlich tagsüber tragen, wenn es die Situation erlaubt. Wie setze ich meine Schiene im Mund ein und wie hole ich sie wieder heraus? Achten Sie beim Einsetzen und Herausnehmen darauf, dass Sie die Schiene nicht biegen. Setzen Sie die Schiene immer mit den Fingern fest auf die Zähne auf. Ein loses Einsetzen und Jonglieren

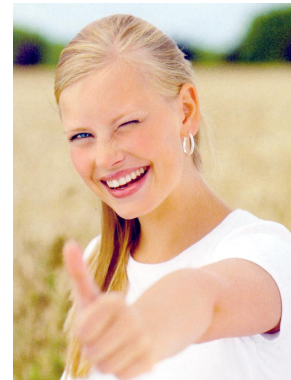
mit der Zunge und den Wangen und dann einfach Zubeißen, führt meistens zu Beschädigung der Schiene.

Wie pflege ich meine Schiene?
Die Schiene sollte immer bei Nichtbenutzen in einem lichtundurchlässigen Behälter, der mit Wasser gefüllt ist, aufbewahrt werden. Morgens und abends sollte die Schiene mit der Zahnbürste und Zahnpasta gründlich von allen Seiten geputzt werden. Ablagerungen auf der Schiene sind ein Zeichen dafür, dass die Schiene besser gereinigt werden muss.

Kontrolle und Instandsetzung.
Bringen Sie bitte Ihre Schiene zu jedem Zahnarztbesuch bei uns mit. Sollte an den Zähnen etwas geändert werden müssen, so muss diese Änderung auch an der Schiene durchgeführt werden. Beschädigungen müssen so schnell wie möglich repariert werden.

Worauf sollten Sie achten?

1. Die Schiene nur mit den Fingern fest einsetzen.
2. Die Schiene beim Einsetzen und Herausnehmen nicht biegen!
3. Die Schiene mit Zahnbürste und Zahnpasta reinigen.
4. Die Schiene absolut dunkel und im Wasserbad aufbewahren.
5. Regelmäßig halbjährlich zur Vorsorgeuntersuchung kommen und dabei die Schiene immer mitbringen.



Was muss ich bei meiner Schiene beachten?



Dr. med. dent. Gregor
Kendzia
Zahnarzt
Bahnhofstraße 41
67136 Fußgönheim
Telefon: (06237) 92 90 33
FAX: (06237) 92 90 35
Email: info@dr-kendzia.de