



Wie Du am Besten mit Deiner festen Spange zurechtkommst

Direkt nach dem Einsetzen haben wir Deine Zähne mit einem gelblichen Schutzlack versehen, der einerseits den Zahnschmelz aushärtet und andererseits die Bakterien beseitigt, die für die Belagbildung verantwortlich sind. Diesen Lack kannst du nach einer Stunde gründlich wegputzen. Dabei siehst Du gleich, welche Stellen unter der Spange jetzt schwerer für die Zahnbürste zu erreichen sind.

Innerhalb der ersten Woche werden Deine Zähne zunächst spannen, da der Draht zu wirken beginnt. Dieses Spannungsgefühl ist häufig am 2. bis 3. Tag am stärksten und lässt dann nach. Stellen an der festen Spange, die anfangs noch an der Wange oder Lippe reiben, kannst Du mit Wachs abdecken. Damit das Wachs besser hält, die gewünschte Stelle mit einem Wattestäbchen trocknen. Das Wachs löst sich nach einer Weile wieder von selbst oder wird beim nächsten Zähneputzen entfernt.

Essen kannst Du mit der Spange nach der Eingewöhnungszeit fast alles, was Du möchtest. Nur bei sehr harten Speisen wie Nüssen, harten Äpfeln, Karotten, sehr harter Brotrinde etc. bitte vorsichtig sein, da beim Abbeißen Schlösser abgehen können. Kaugummi und gummiartige Süßigkeiten sind ganz verboten. Für die ersten Tage nach dem Einsetzen ist jedoch häufig wegen des Spannungsgefühls weiches Essen sinnvoll.

Richtige Zahnpflege entscheidet über den Erfolg oder Mißerfolg der Behandlung mit der festen Spange. Entkalkungen des Zahnschmelzes, unschöne weiße Flecken, sind bei guter Zahnpflege sicher vermeidbar. Wie Du die große und kleine Zahnbürste anwendest, haben wir Dir beim Einsetzen ausführlich gezeigt. Eine neue kleine Bürste kannst Du wieder von uns bekommen. Falls Du mit dieser nicht zurecht kommst, kannst Du Dir in der Drogerie oder Apotheke eine Interdentalbürste besorgen.

Cervitec® Gel bitte alle drei Monate für eine Woche anstatt deiner normalen Zahnpasta verwenden. Cervitec Gel ist eine spezielle Zahnpasta, mit der besonders die Bakterien beseitigt werden, die die Zahnbeläge bilden. Dadurch werden Entkalkungen noch besser vermieden. Cervitec Gel ist in der Apotheke erhältlich. Diese Zahnpasta bitte kühl lagern.

Mit **Elmex® Zahnpflege** bitte täglich abends nach dem Zähneputzen spülen. Elmex Zahnpflege ist eine Fluorid - Lösung, die einerseits den Zahnschmelz aushärtet und andererseits wirksam gegen Zahnfleischentzündungen ist. Elmex Zahnpflege ist in Drogerien und Apotheken erhältlich.

Lösen sich Brackets oder andere Teile der festen Spange, bitte gleich einen Termin vereinbaren, damit wir die Spange wieder in Ordnung bringen können. Ansonsten könnte sich die Behandlungszeit deutlich verlängern.

Zu den **Kontrollterminen** bringe bitte immer Deine Zahnbürste mit, damit Du die Zähne vor der Behandlung nochmal gründlich putzen kannst.

Weitere Informationen findest Du auch auf unserer Website unter: www.kfo-team-hassfurt.de

Mit herzlichen Grüßen

Dein Praxisteam Dr. Ralph Bönning und Dr. Stephan Schneider