



Tipps rund um die festsitzende Zahnsperre

Die festsitzende Zahnsperre besteht aus kleinen Metallblöckchen, den sogenannten Brackets, die auf die Zahnoberfläche geklebt werden. Ein individuell geformter Drahtbogen, der durch die einzelnen Brackets führt, korrigiert dann die Zahnstellung. Der Bogen wird während der Kontrolltermine aktiviert. So werden die Zähne langsam in die optimale Position geführt.

Der richtige Umgang mit der festen Zahnsperre

Damit sich die Behandlungszeit nicht verlängert, sollte vermieden werden, dass Brackets abgebissen werden. Generell kann man mit der festen Spange alles essen. Harte Speisen sollten aber in Stücke geschnitten und hinten auf den Backenzähnen gekaut werden. Bitte auf klebrige Süßigkeiten, wie Kaugummi und Karamelbonbons, verzichten.

Die erweiterte häusliche Prophylaxe:

Die umfangreichen prophylaktischen Maßnahmen in unserer Praxis ersetzen die gute Mundhygiene daheim nicht. Bitte mehr Zeit Hand- oder elektrische Zahnbürsten. Für beide gibt es spezielle Borstenköpfe, die für das Putzen mit fester Spange besser geeignet sind. Immer von rechts nach links arbeiten.



Und so geht's:



1. Durchgang: Die Zahnbürste senkrecht auf die Zähne aufsetzen und in kreisenden Bewegungen von außen Zähne, Brackets und Zahnfleisch putzen.
2. Durchgang: Die Zahnbürste wird in einem Winkel von 45 Grad schräg zum Zahn von oben angesetzt und hinter den Bogen „gerubbelt“. Immer zwei Zähne pro Mal.
3. Durchgang: Die Zahnbürste wird in einem Winkel von 45 Grad schräg zum Zahn von unten angesetzt und hinter den Bogen „gerubbelt“. Immer zwei Zähne pro Mal.
4. Durchgang: Kauflächen gründlich putzen.
5. Durchgang: Zähne von innen mit kreisenden Bewegungen reinigen.

Was noch wichtig ist:

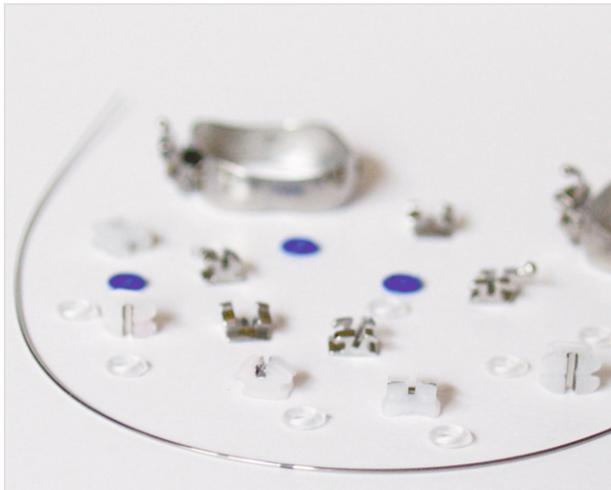
Interdentalbürstchen für den schwer zugänglichen Bereich um die Brackets herum, Zahnfloss und antibakterielle Mundspüllösungen verbessern die Mundhygiene sehr. Bitte 1x pro Woche abends mit Chlorhexamed 1%-Gel (Apotheke) putzen und erst nach 3 Minuten ausspülen.



Troubleshooting

Nach dem Einbinden/Aktivieren des Bogens kann es vorwiegend in den ersten Wochen zu Schmerzen an den Zähnen kommen, besonders beim festen Zubeißen. Bei Bedarf kann vorübergehend ein Schmerzmittel genommen werden (z.B. Ibuprofen, Paracetamol).

Da die Mundschleimhaut noch nicht an die Reibung durch die Brackets gewöhnt ist, kann es zu Wunden Stellen kommen. Salbei-/Kamillentee oder das entzündungshemmende Kamistadgel aus der Apotheke lindern den Wundschmerz. Diese Beschwerden sind normal und verschwinden in der Regel innerhalb von einigen Tagen.



Sticht der Bogen hinter dem letzten Zahn in die Wange, bitte diese störende Stelle mit dem Schutzwachs abdecken und einen Termin bei uns vereinbaren. Wir kürzen den Bogen mit einer Spezialzange.

Löst sich ein Bracket, bitte ebenfalls einen Termin vereinbaren, da sich sonst die Behandlungszeit verlängert.

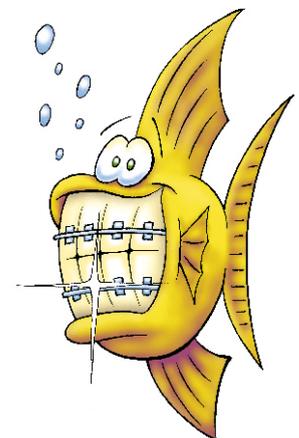
Hat sich der Bogen gelöst, kann man versuchen, ihn wieder in das Bracket oder Metallband zurück zu schieben. Hierbei kann eine Pinzette hilfreich sein.

Kontrolltermine

Die Spange muss regelmäßig bei uns in der Praxis überprüft und aktiviert werden. Termin verpasst? Fast kein Problem. 😊 Bitte sogleich einen neuen Termin vereinbaren.

Denn bleibt die Spange ohne regelmäßige Kontrolle, kann es zu ungewollten Zahnbewegungen kommen und die Behandlungsdauer verlängert sich.

DR. EILEEN PIECHOT



Style your smile.