

Ihre neue Aufbissschiene

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient!

Sie haben heute Ihre neue Aufbissschiene erhalten. Für den Gebrauch gibt es einige Hinweise.

Das Wichtigste zuerst: Die Schiene soll Ihnen **Gutes** tun. Sie wurde mit viel Aufwand angefertigt und den Verhältnissen Ihres kauffunktionellen Systems angepasst. Dennoch kann es hin und wieder vorkommen, dass Probleme und eventuell auch Schmerzen, vor allem im Bereich Ihrer Kiefergelenke auftreten. Dies sollte nicht sein! Scheuen Sie sich bitte nicht, uns umgehend anzurufen und nach Absprache baldmöglichst in der Praxis vorbei zu kommen. In der Zwischenzeit sollten Sie die Schiene dann bitte nicht tragen.

Die Aufbissschiene ist aus transparentem Kunststoff. Wie in der Praxis gezeigt, wird sie (in der Regel) **abends nach dem Zähneputzen eingesetzt**. Dazu legen Sie sie bitte locker auf die Zahnreihe und drücken sie dann mit den Fingern fest an, bis sie leicht einrastet. Zunächst haben Sie wahrscheinlich ein fremdes Spannungs-Gefühl auf den Zähnen, dieses gibt sich aber nach einiger Zeit.

Anfangs müssen Sie sich vielleicht auch erst einmal an den „Fremdkörper“ gewöhnen. Versuchen Sie es doch mal stundenweise am Abend, beim Fernsehen, bei der Arbeit am Computer oder beim Bügeln. Nach einigen Tagen werden Sie sich daran gewöhnt haben und auch mit der Schiene problemlos einschlafen.

Am Morgen nehmen Sie die Schiene heraus, **reinigen** sie mit der Zahnbürste und anschließend am besten mit Reinigungs-Tabletten. Diese (z.B. Corega-Tabs®, Kukident® o.a.) erhalten Sie am günstigsten im Drogeriemarkt. Eine Tablette in ein mit Wasser gefülltes Glas geben, die Schiene hinein und das Ganze bis zum Schlafengehen so stehen lassen. Vor dem Einsetzen kurz abspülen, das ist alles.

Für den **Transport**, z.B. auf Reisen, haben wir Ihnen eine Spangen-Box mitgegeben. Da der Schienen-Kunststoff austrocknet und dann evtl. spröde wird, empfiehlt es sich, die Schiene in ein feuchtes Stück Küchenpapier einzuwickeln.

Sollte die Schiene eventuell einmal zerbrechen oder durchgebissen werden, so werfen Sie sie bitte nicht weg, sondern bringen alle Einzelteile mit zu uns. Oft reicht es, einen neuen Abdruck zu nehmen und die vorhandenen Teile im zahntechnischen Labor zu reparieren. Diese **Reparatur** dauert in der Regel nur einen Werktag und erspart den erheblichen (auch finanziellen) Mehraufwand einer Neuanfertigung.

Bei genauerer Betrachtung der Aufbissschiene werden auch Sie nach einiger Zeit Schliff-Facetten und Rauigkeiten auf der Oberfläche entdecken. Dies ist ganz normal. Es gibt mir als Behandler sehr viele diagnostische Informationen über den Zustand Ihres kauffunktionellen Systems und den Therapie-Fortgang. Die Oberfläche wird in der Praxis wieder poliert und angepasst.

Bitte bringen Sie die Aufbissschiene deshalb zu jeder Kontroll-Untersuchung und Behandlung mit in die Praxis.

Bitte scheuen Sie sich nicht, bei auftretenden Problemen bei uns in der Praxis nachzufragen!

Ihr Dr. Joachim Erger