PRAXIS RAZINGER

Telefonnummer 041 / 210 79 79
Email info@zahnarzt-razinger.ch
Web www.zahnarzt-razinger.ch
Adresse Praxis Razinger
Morgartenstrasse 3
6003 Luzern

Hinweise und Empfehlungen nach Abgabe einer Knirschschiene

Wir haben für Sie die passende Schiene ausgewählt und von unserem Zahntechniker herstellen lassen. Dabei gibt es noch einige Dinge zu beachten.

Tragezeit

Ihre Schiene sollen Sie jede Nacht tragen. Spülen Sie die Schiene vor dem Einsetzten mit Wasser ab und putzen Sie vorgängig immer die Zähne. Sobald Sie die Schiene tragen, sollten Sie keine gesüssten oder milchhaltigen Getränke mehr trinken, Wasser ist kein Problem. Falls das regelmässige Tragen der Schiene nicht eingehalten wird, muss damit gerechnet werden, dass die Schiene nicht mehr optimal passt. Dabei kann ein unangenehmes Spannungsgefühl an den Zähnen auftreten.

Wichtig: Während den ersten Tagen des Tragens gibt es meist einen gesteigerten Speichelfluss, der sich danach einpendelt.

Reinigung

Reinigen Sie die Schiene am Morgen unter fliessendem, kaltem Wasser mit einer Zahnbürste und ph-neutraler Seife (z.B. Sibonet) auf der Innen- und Aussenseite. Benutzen Sie dabei keine Zahnpasta oder andere Scheuermittel. Achten Sie darauf, dass Sie die Schiene danach gut mit kaltem Wasser abspülen und zum Trocknen mit der Glattfläche nach oben hinlegen.
Nach gewisser Zeit können weissliche Rückstände (Kalk/mineralische Ablagerungen) an der Schiene auftreten. Sie können die Schiene in ein 1:1 Wasser-Essig-Gemisch für 30 Minuten einlegen und danach gut mit einer Zahnbürste reinigen und mit Wasser abspülen. Unser Zahntechniker rät davon ab, handelsübliche Reinigungstabletten wie z.B. «Kukident» zu verwenden.

Aufbewahrung

Die Schiene soll an einem trockenen Ort in einem nicht luftdicht verschlossenen Behälter aufbewahrt werden. Idealerweise verwenden Sie die von uns erhaltene Klickdose.

Kontrolle

Bitte bringen Sie Ihre Schiene zur jährlichen Kontrolle mit, damit wir die Passung überprüfen können. Bitte sind Sie sich bewusst, dass bei allfälligen Füllungen der «Ist-Zustand» im Mund verändert wird und wir danach die Schiene lokal ausschleifen müssen. Nehmen Sie deshalb die Schiene auch an Termine mit, an welchen Füllungen gemacht werden. Falls mehrere Zähne durch Füllungen oder Kronen in ihrer Form verändert werden, muss je nach Fall eine neue Schiene hergestellt werden.

Abnutzung oder Defekte

Die Schiene wird ständig beansprucht. Je nach Schweregrad des Knirschens oder Pressens wird die Schiene unterschiedlich stark abgenutzt. Die Abnützung kann zu Dellen in der Schiene führen, welche je nach Ausprägung durch uns wieder etwas geglättet und poliert werden können. Bei sehr starker Belastung kann es manchmal auch kleinere Risse oder gar Brüche geben. Zudem kann die Schiene nach unglücklichem oder nach wiederholtem Herunterfallen irreparabel beschädigt werden.

Allfällige Fragen beantworten wir Ihnen jederzeit gerne.