

inT^osmile



Szanowni Państwo,



- Alignery Invisalign powinno się nosić około 22 h-23 h/d.
- Zmniejszenie czasu noszenia prowadzi nie tylko do wydłużenia leczenia, ale może też zmienić sposób przemieszczania się zębów i zakłócić proces leczenia. ***Alignery mogą być noszone tylko na doskonale wyczyszczone zęby.***
- Jeżeli w pokarmie był obecny silny kwas (*np. gazowane, kwaśne napoje, kwaśne soki*), to warto po przepłukaniu ust odczekać **15 min.** na zbuforowanie przez ślinę osłabionej powierzchni zębów i dopiero wtedy zakładać alignery. (*ogólnie należy dążyć do znacznej redukcji takich napojów*)
- Początkowo alignery mogą nieco "obdrapać" - podrażniać język. Należy unikać "sprawdzania" językiem aparatu, zaczepów, to zmniejsza ryzyko wstępnego podrażnienia języka. Jeżeli już do niego dojdzie i trudno jest utrzymać aparat w ustach, to proszę zrobić 2 dni przerwy, potem założyć aparat na 1 dobę, potem zrobić dzień przerwy, i znów powrócić do aparatu 22 godziny/dobę. Zwykle to wystarcza do adaptacji języka do aparatu.

- Czas przyzwyczajania się do prawidłowej wymowy jest zazwyczaj krótki, początkowo pomaga przepłukiwanie ust np. poprzez częste "popijanie" niegazowanej wody (*w trakcie noszenia aparatu*), oraz próba ignorowania - zaprzestania myślenia o aparacie, ćwiczenie szybkiego mówienia.
- Aparaty należy czyścić zwykłą szczoteczką i pastą do zębów. Najważniejsze jest dokładne oczyszczenie aparatu od wewnątrz, niekiedy można dodatkowo użyć pałeczki kosmetycznej. Bardzo często zdarza się, że aparaty włożone bez pudełka do kieszeni, chusteczki, odłożone na bok, ulegają zniszczeniu lub zagubieniu.
- Aparaty zdjęte z zębów należy od razu włożyć do pudełka. (Przed ponownym założeniem aparaty i zęby powinny zostać przepłukane wodą, jeżeli nie ma możliwości wyczyszczenia.)
- Częstym powodem utraty alignera jest zainteresowanie psa, który wręcz uwielbia zapach ust swojego właściciela (*i finalne przeżucie aparatu, czasem nawet z pudełkiem*).
- Pierwsze trzy aparaty (***nr 1,2,3***) proszę nosić po 10 dni. Następne trzy (***4,5,6***) proszę nosić po 7 dni. Następne w zależności od tego, czy czujemy nacisk w dniu siódmym porównywalny z dniem dziesiątym. Jeżeli nie ma różnicy, to należy zmieniać co 7 dni. W rzadkich przypadkach zdarza się, że uczucie ucisku z każdym alignerem narasta, lub coraz trudniej aligner założyć do końca na zęby - może się okazać, że należy nosić po 1 - 4 dni. W pudełku może się znaleźć woreczek z czarnym paskiem i cieńszymi aparatami (*formówkami foliowymi*). *Nie należy ich nosić, należy rozpocząć noszenie następnego alignera, a woreczek z paskiem przynieść*

Łączę wyrazy szacunku
i życzę miłego prostowania zębów
Michał Tarnawski

