



# SMIL TANNREGULERING

Spesialist i kjeveortopedi Vincenzo Macri

## I DAG FIKK DU FAST REGULERING - HURRA!

For at behandlingen skal gå som planlagt, er vi avhengig av ditt samarbeid. Klossene og ringene er festet til tennene med sterkt lim. **Limet trenger 24 timer for å bli helt herdet. Derfor kan du kun spise bløt mat det første døgnet** (for eks. suppe, nudler, grøt, banan og yoghurt). Under hele behandlingstiden er det viktig å ta hensyn og tenke på hva du spiser. Unngå å tygge seige ting som karameller og tyggegummi, ikke bit over gulrøtter, epler eller skorper, del heller i mindre biter og tygg med jekslene. Unngå kjærlighet på pinne og lignende.

Ståltråden som er festet til klossene kan brette, eller stikke ut bakerst i munnen og gi sår. **Kontakt oss hvis noe løsner.** Husk at ødelagt apparatur kan forsinke behandlingen.

### Startproblemer

Ståltråden vil med svak kraft begynne å bevege på tennene dine. De vil være ømme i 2-3 dager, og det kan være ubehagelig å spise. Spis myk mat. Noen få pasienter føler at dette gjør direkte vondt; det vil forsvinne i løpet av få dager. Er det ekstra ille, kan man ta en smertestillende om kvelden.

Klossene og tråden er skarpe og kan irritere lepper, kinn og tunge. Dette vil forsvinne i løpet av 7-10 dager, når slimhinnen herdes. **For å unngå at kinn og lepper blir såre, kan du feste voks over skarpe steder på reguleringen.** Ta kontakt med oss hvis det blir alvorlige plager eller hvis du trenger mer voks.

### Tannpuss

Grundig tannpuss er veldig viktig nå, og det vil være mer tidkrevende å holde tennene rene. Belegg som ikke blir fjernet vil tære på emaljen, og det kan danne seg hvite permanente flekker og i verste fall føre til hull i tennene. Dårlig munnhygiene kan også føre til tannkjøttbetennelse.

I tillegg til vanlig tannbørste om morgen og kveld, **må du bruke solotannbørste en gang om dagen for å gjøre ekstra godt rent rundt alle klossene og langs tannkjøttet.** Etter du har pusset tennene kan du bruke skummet fra tannpastaen som «munnskyll» i noen minutter, spytt ut, men ikke skyll munn med vann. Dette gir fluoren i tannpastaen bedre virkning. Vi anbefaler Zendium tannpasta til dette, da den ikke inneholder såpe.

På skolen eller andre steder hvor det ikke er praktisk med tannbørste kan du bruke fluorskyll. Vi anbefaler Flux, da den inneholder få tilsetningsstoffer utover fluor.

## LYKKE TIL!