



Keep smiling – Biss
und Optik stimmen

Dr. Schoonbroodt & Team
(Praxis für Kieferorthopädie)

HINWEISE ZUR MULTIBAND-BEHANDLUNG (MB = FESTE KLAMMER)

01. Die Ernährung

1.1

Süße Zwischenmahlzeiten bitte vermeiden. Wenn Süßes, dann während der Hauptmahlzeiten, und danach die Zähne gründlich putzen. Kannst du dir die Lust auf etwas Süßes nicht verkneifen, so vergiss sofort nach der Schlemmerei das Zähneputzen nicht!

1.2

Bitte beachte, dass Cola, Limo, Softdrinks allgemein und zum Teil auch Säfte sehr viel Zucker enthalten. Deshalb zwischendurch möglichst ungesüßte Getränke trinken, wie z.B. Sprudel oder Milch. Süße Getränke, falls überhaupt, möglichst nur zu den Hauptmahlzeiten trinken, denn danach werden die Zähne ja geputzt!

1.3

Um die Bänder und Brackets nicht zu lösen vermeide es bitte, an Knochen oder Ähnlichem rumzuknabbern. Sehr harte Nahrung und auch Kaugummi können auch die Drahtbögen verbiegen.

1.4

Noch ein Wort zum Pausenbrot. Da du in der Schule meist keine Möglichkeit hast, dir die Zähne zu putzen, vermeide bitte süßen Aufstrich (Marmelade, Nutella, u. ä.) auf deinem Pausenbrot. Ein Pausenbrot mit Wurst und Käse sind hingegen unbedenklich.

02. Die Mundhygiene und Prophylaxe

2.1

Zur Reinigung deiner Multiband-Apparatur benötigst du zwei spezielle Zahnbürsten. Zum einen eine kieferorthopädische Zahnbürste (z.B. Oral B P35 Ortho), zum anderen eine Einbüschelzahnbürste (z.B. von TePe oder Sunstar GUM) zum Reinigen der Zwischenräume. Frag einfach die Helferin nach einer Liste mit Empfehlungen!

2.2

Bitte vor dem Putzen den Mund mehrmals kräftig mit Wasser ausspülen, wodurch die groben Nahrungsreste entfernt werden. Anschließend werden die Zähne mit der kieferorthopädischen Zahnbürste und einer fluoridhaltigen Zahncreme (z.B. Elmex Zahnpaste) gründlich geputzt. Bist Du hiermit fertig, so spüle um und reinige die Zahnzwischenräume mit der Einbüschelzahnbürste, allerdings ohne Zahncreme, damit du die Schmutznischen auch siehst.



Keep smiling – Biss
und Optik stimmen

Dr. Schoonbroodt & Team
(Praxis für Kieferorthopädie)

2.3

- Reinige deine Zähne gründlich nach jeder Mahlzeit. Mindestens jedoch morgens nach dem Frühstück, mittags nach dem Mittagessen und abends vor dem Zubettgehen. Für jedes Putzen benötigst du sicherlich mindestens 4-5 Minuten.

2.4

Jeden Sonntagabend trägst du bitte nach dem üblichen Zähneputzen mit einem Wattestäbchen ein Fluoridgel (z.B. Elmex Gel) auf alle Zahnflächen (innen, außen, obendrauf) all deiner Zähne auf. 4 Minuten einwirken lassen und dann ausspucken möglichst ohne um zu spülen. Hierdurch wird der Schmelz noch zusätzlich gehärtet.

03. Die Anfangsschwierigkeiten

3.1

- Zu Beginn kommt es gelegentlich zu kleineren Scheuerstellen im Bereich der Wange oder der Lippe, ohne dass ein überstehendes oder verbogenes Drähtchen hierfür verantwortlich wäre. Bis zur Gewöhnung der Schleimhaut an die Brackets empfiehlt es sich, auf das störende Bracket oder Band weiches Wachs aufzutragen und somit die unangenehmen Ecken und Kanten auszurunden. Bei Bedarf ist das Wachs zu erneuern. Die Watterollen sind für zuhause oder nachts anstelle des Wachses zu empfehlen. Sie sollten in jedem Fall vorher kurz unter Wasser gehalten werden, damit sie nicht an der Schleimhaut kleben bleiben. Wir stellen dir gerne Schutzwachs und Watterollen zur Verfügung.

3.2

Nach jedem Bogenwechsel sind die Zähne mehr oder weniger aufbissempfindlich. Mach dir nichts daraus. Nach 2 Tagen weicherer Nahrung wirst du wieder normal essen können.

3.3

Sollte sich ein Bändchen oder Bracket lösen oder aber ein Drähtchen in deine Wange stechen, so vereinbare bitte sofort telefonisch einen neuen Termin.

- Gerne könnt ihr auch unsere Homepage www.kfo-schoonbroodt.de besuchen!

Unter dem Punkt SOS findet ihr nochmals Hinweise bei Problemen mit herausnehmbaren und festsitzenden Spangen.

Mit den besten Wünschen für ein strahlendes Lächeln!

Dr. L. Schoonbroodt und Team