

Návod pro pacienty

Nošení rovnátek



Před nasazením opláchněte rovnátka studenou vodou.



Pokud lékař neurčí jinak, **každá fólie je standardně navržena na 2 týdny nošení**, a poté následuje výměna za další v pořadí.



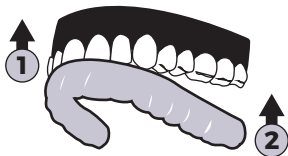
Pro snadnou identifikaci je každá fólie označena pořadovým číslem.



Noste rovnátka každý den **alespoň 22 hodin**.

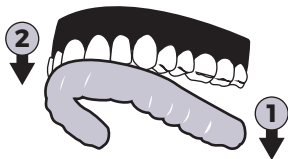


V případě jakýchkoliv dotazů neváhejte kontaktovat svého lékaře.



Nasazení rovnátek

Nejprve si nasadíte rovnátka na přední zuby a poté postupujete směrem dozadu a vyvíjíte jemný rovnoměrný tlak na stoličky, dokud rovnátka nezapadnou do ideální polohy. Abyste zabránili poškození, **NEKOUSEJTE přímo do rovnátek**, ale použijte žvýkáci gumičky, které jsou součástí sady a pomocí nich rovnátka usadíte.



Sundání rovnátek

Na jedné straně přiložte prst na zadní stoličku a opatrně fólii stáhněte ze zubu. Postupujte stejně i na druhé straně. Jakmile v zadní části uvolníte obě strany, můžete opatrně postupovat stejným způsobem dopředu.



Pro sundávání fólií můžete použít nástroj, který je součástí sady.



Při sundávání fólie **neohýbejte** a příliš s nimi nekrutíte.



Nepoužívejte **žádné ostré nástroje**, které by mohly fólie poškodit.

Během léčby



Po každém sundání i nasazení zkontrolujte, zda nejsou fólie prasklé nebo deformované. Pokud zaznamenáte nějaké komplikace, okamžitě je nahlaste svému lékaři.



Při přechodu na další fólii v pořadí doporučujeme výměnu na noc. Snadněji se tak vyrovnáte s tlakem nové fólie.



Rovnátka sundávejte pouze při jídle a čištění zubů. Nedůslednost nošení ovlivňuje průběh léčby.



Dodržujte intervaly výměny předepsané lékařem. Nedělejte si starosti, pokud nepocítujete žádný tlak. Vaše zuby se pohybují pomalu a plán léčby s tím počítá.



Po čištění zubů kartáčkem použijte mezizubní kartáček (nebo nevoskovanou zubní nit) a pečlivě očistěte všechny mezizubní prostory.

Péče o rovnátka



Po sundání a před nasazením pečlivě opláchněte rovnátka studenou vodou.



Nepoužívejte čistič zubních protéz, abrazivní zubní pastu, ani nenamáčejte rovnátka do ústní vody. Tyto produkty mohou poškodit povrch fólií a způsobit matný vzhled.



Rovnátka sundejte před jídlem, opláchněte ve studené vodě a vložte do pouzdra, které je součástí sady.



Udržujte rovnátka **mimo dosah** alkoholu, horkých a sladkých nápojů. Také pozor na barevné tekutiny, které by mohly zabarvit povrch fólií, například káva či čaj.



Udržujte rovnátka mimo dosah domácích mazlíčků a malých dětí.

Často kladené otázky

Co když ztratím nebo zlomím fólii?

Okamžitě kontaktujte svého lékaře, objedná pro Vás výrobu nové konkrétní fólie.

Bude léčba bolestivá?

Drobné nepohodlí je běžné, zejména během prvních 3–5 dnů po nasazení nové fólie.

Bude mít nošení rovnátek vliv na mou řeč?

Než si váš jazyk zvykne na rovnátka, můžete mluvit s mírným šišláním. Zlepší se to během několika dní.

Co mám dělat, když mi některá z fólií nesedí?

Zkontrolujte správné pořadí a případně kontaktujte svého lékaře.

Jsou nějaké potraviny, které během léčby nesmím jíst?

Žádné omezení na potraviny není. Před jídlem si rovnátka vyndejte a po jídle si důkladně vyčistěte zuby, včetně mezizubních prostor.

Lze během nošení rovnátek pít horké nebo studené nápoje?

Pokud máte rovnátka nasazena, nedoporučuje se pít nic jiného než studenou vodu.

Mohu při nošení rovnátek žvýkat žvýkačku?

Ne, došlo by k poškození fólií.



