

## **Die Schiene**

### **Sehr geehrte/r Patient/in!**

Ich habe Ihnen eine Schiene verordnet und individuell anfertigen lassen,

#### **Was bewirkt das Tragen der Schiene?**

- Die Zähne werden davon entlastet, sich auf den Kauflächen stark abzuschleifen.
- Der Zahnhalteapparat wird vor Überbelastung (bis hin zum Knochenabbau) bewahrt.
- Die Kiefergelenke werden vor übermäßigem Verschleiß geschützt.
- Die Kaumuskulatur wird entlastet, damit sie sich nicht stets zunehmend anspannt.
- Die Nervenbahnen, die für die "Steuerung" des Geschehens verantwortlich sind, werden entlastet, und die "Automatik" bzw. der "Teufelskreis" der Überlastung wird durchbrochen.
- Die zentrale, also ideale Kiefergelenkposition wird eingenommen.

#### **Wie soll die Schiene gehandhabt werden?**

Sie wird jede Nacht getragen, d.h. also: 7mal pro Woche. Darüber hinaus können Sie den Behandlungserfolg verbessern, wenn Sie Ihre Schiene zunächst zu Anfang zusätzlich möglichst viele Stunden tagsüber tragen; je nachdem, wie es Ihnen möglich ist. (Bitte bedenken Sie dabei, dass es auch "Klammerkindern" oft zugemutet wird, Ihre Apparatur tagsüber zu tragen! Mit Sicherheit können Sie dies auch bewerkstelligen.)

#### **Wie pflegen Sie die Schiene?**

Mit Seife und Handbürste vor und nach dem Einsetzen in den Mund gründlich reinigen.

#### **Was ist, wenn?**

Beim Auftreten von Komplikationen (z.B. Muskulatur verspannt, Kopfschmerzen, Ohrendrücken, Zahnüberempfindlichkeit etc.) sollten Sie die Schiene zunächst ein oder zwei Tage und Nächte nicht tragen. Dann einen erneuten Trageversuch starten. Gut ist es, wenn Sie in diesen Fall zunächst die Schiene auch viel tagsüber tragen, um Störungen bei Bewusstsein zu bemerken. Falls nach 3 – 5 Tagen keine Besserung eintritt, melden Sie sich bitte in unserer Praxis zur Kontrolle.