



HeySmile
aligners

ANVISNINGAR TILL PATIENTEN



Grattis till dina nya HeySmile®-tandskenor!

Den här guiden visar hur du använder och tar hand om tandskenorna.

- 1 | Att vänja sig vid tandskenor
- 2 | Sätta in tandskenan
- 3 | Daily care of the aligners



01 | ATT VÄNJA SIG VID TANDSKENOR

Nedan beskrivs några symptom som ibland kan örekomma med tandskenor, särskilt i början av en behandling.

Mild smärta eller milt obehag | Det är normalt att uppleva ett visst obehag när tandskenorna gradvis flyttar dina tänder. Den första dagen med en ny uppsättning tandskenor kan du känna ett tryck mot dina tänder. Det minskar efter ett tag.

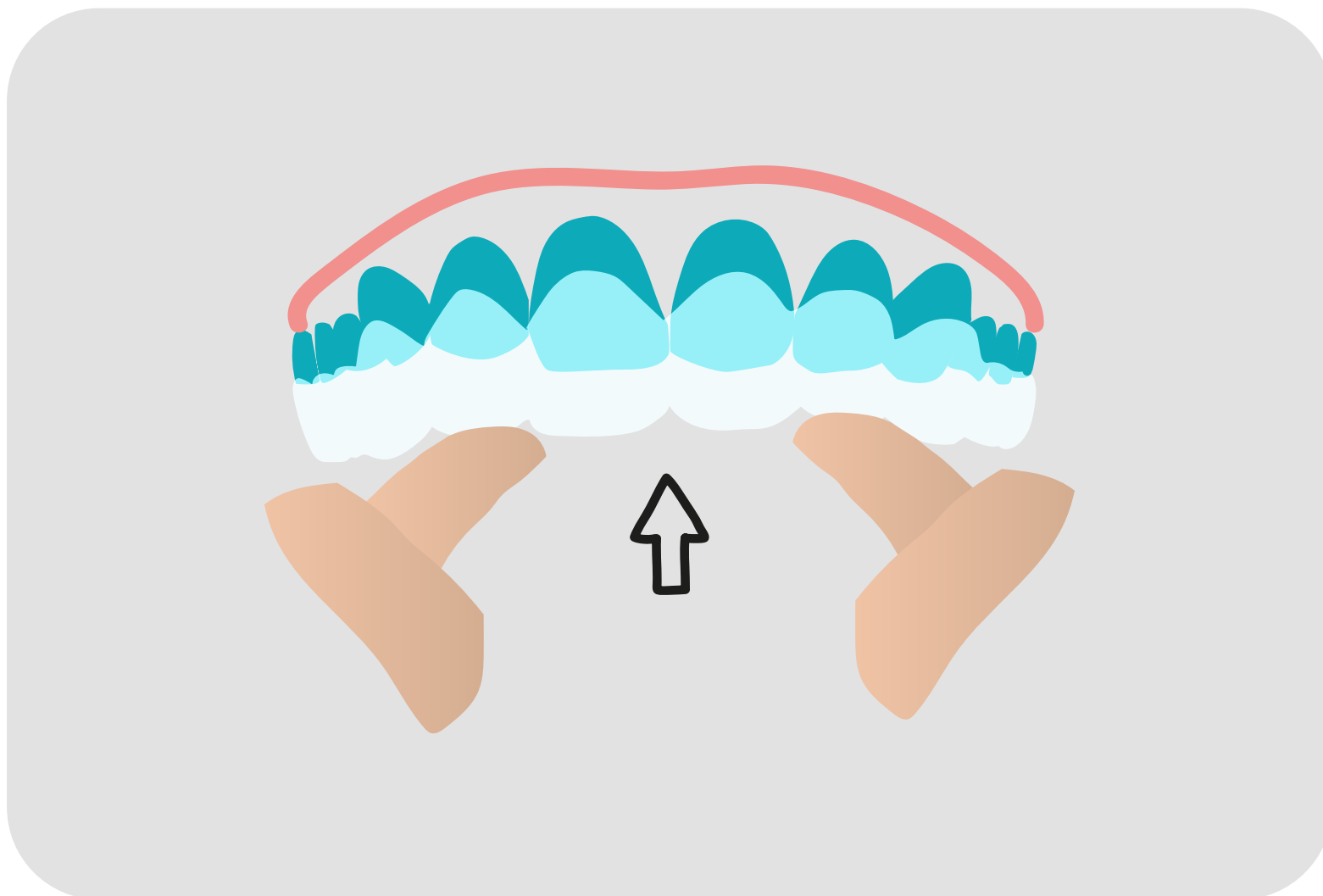
Ökad salivproduktion eller muntorrhet | Du kan uppleva ökad salivproduktion som oftast försvinner vid regelbunden användning av tandskenorna. Om du känner dig torr i munnen ska du komma ihåg att dricka vatten regelbundet.

Andra symptom | Tandskenorna kan ibland orsaka irritation i tandköttet, på kindernas insida, på tungan och/eller på läpparna. Irritationen minskar efter ett tag då din mun anpassar sig till tandskenorna.

Om du har några frågor om tandskenorna eller deras verkningar, kontakta den tandläkare som ansvarar för din behandling.

02 | FSÄTTA IN TANDSKENAN

Sätta in tandskenan



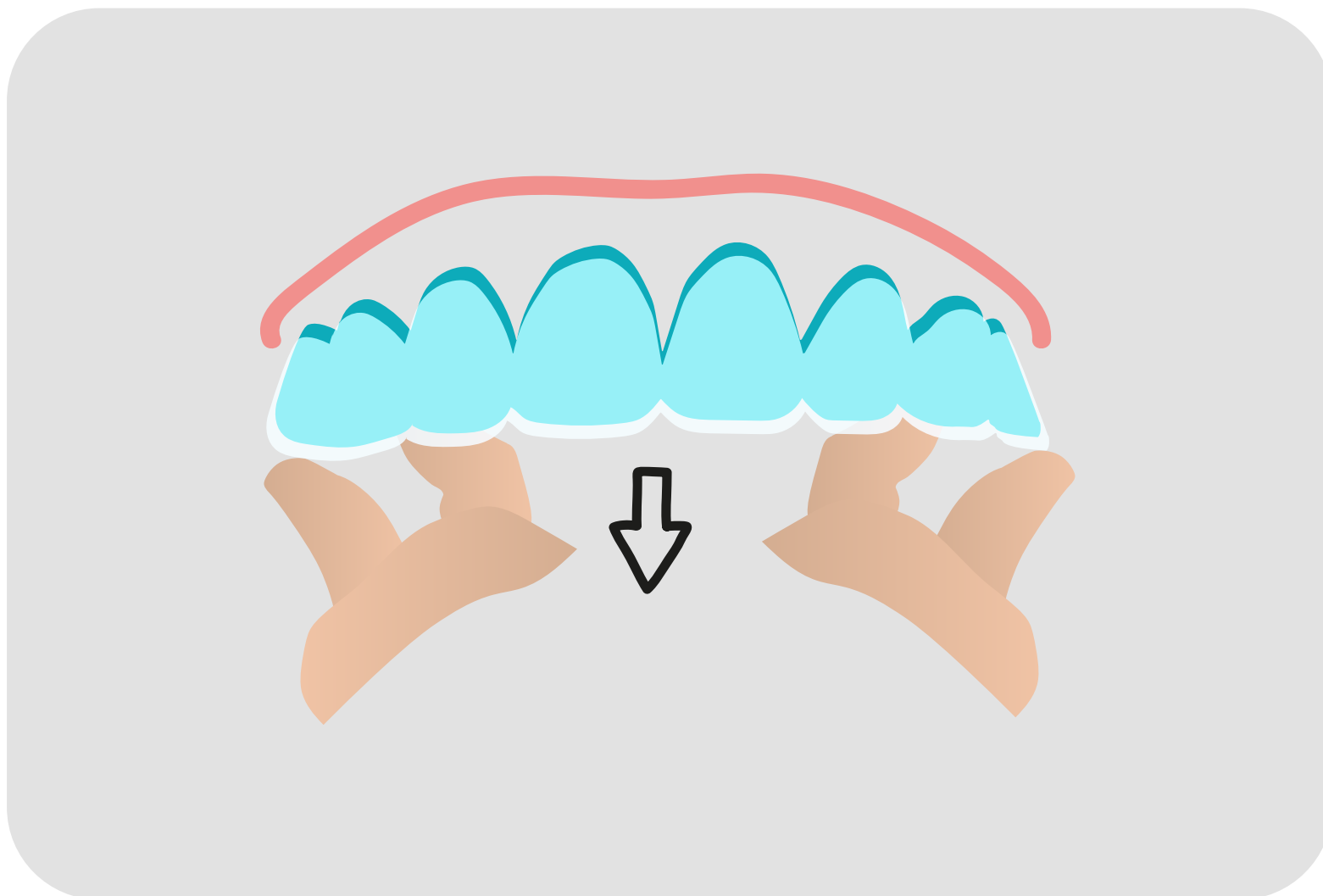
Placera tandskenan på dina änder och använd tummarna eller chewies för att trycka upp skenan på kindtänderna med ett jämnt, försiktigt tryck tills skenan klickar på plats.

Det är normalt att en ny tandskena sitter hårt och att ett visst tryck upplevs under de första dagarna

VARNING! Vrid eller böj inte tandskenan. Använd inte vassa föremål eller överdriven kraft för att ta loss tandskenan.

02 | SÄTTA IN TANDSKENAN

Ta loss tandskenan

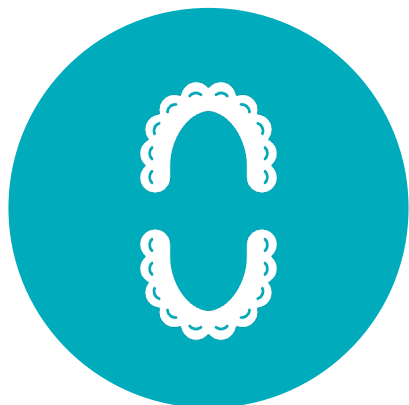


Placera fingrarna mot kanten på tandskenan runt de främre och bakre kindtänderna. Lossa tandskenan först genom att långsamt och försiktigt dra loss den från tänderna.

När skenan har lossnat från de bakre tänderna på båda sidorna drar du försiktigt loss tandskenan från framtänderna.

VARNING! Vrid eller böj inte tandskenan. Använd inte vassa föremål eller överdriven kraft för att ta loss tandskenan.

03 | KOMMA IGÅNG



Dina tandskenor är markerade med ett ordningsnummer och en bokstav, antingen **U för överkäken** eller **L för underkäken**. Var alltid noga med att bära den uppsättning tandskenor som din tandläkare har angett att du ska använda.



Kom ihåg att bära tandskenorna minst **22 timmar varje dag**. Ta ut tandskenorna bara när du ska äta eller drick något annat än vatten



Om du har några frågor om behandlingen eller hur du bör använda dina **HeySmile®-tandskenor**, kontakta den tandläkare som ansvarar för din behandling.



03 | KOMMA IGÅNG



Använd bara tandborste och kallt vatten eller en särskild rengöringslösning för tandskenor för att rengöra tandskenorna. **Vi rekommenderar inte** att rengöra tandskenorna med tandkräm eller blötlägga dem i munskölj.

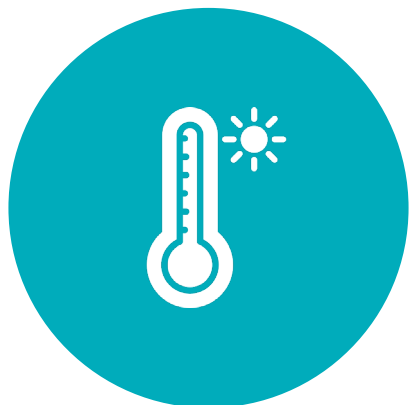


Ta ut tandskenorna, borsta dina tänder och använd tandtråd. Rengör också tandskenorna varje **morgon och kväll**.



Ta alltid ut tandskenorna när du ska äta. Skölj av tandskenorna innan du lägger dem i **HeySmile®- skyddsfodralet**.

03 | KOMMA IGÅNG



För att undvika **missfärgning eller deformation** av dina aligners, kom alltid ihåg att ta bort dem innan du **dricker varma, alkoholhaltiga**, söta eller sötade drycker som innehåller färgämnen.



Rök inte med tandskenorna i munnen. Ta alltid ut tandskenorna när du ska röka.



VARNING! Dessa aligners är inte leksaker. **Håll tandskenorna utom räckhåll för små** barn och husdjur, eftersom det finns risk för deformation eller kvävning.





Shaping smiles together

 HeySmile  PlanSmile SL | Avenida de Andalucía, 27, 29006 Málaga, Spain

Tel. +34951306564 | info@heysmile.com | www.heysmile.com