

Die feste Zahnsperre – was gibt es zu beachten?

1. Eingewöhnung

In den ersten Tagen nach dem Einsetzen der festen Zahnsperre ist ein Druck an den Zähnen zu spüren, der insbesondere beim Kauen unangenehm sein kann. Wir empfehlen daher in der Anfangszeit eine weiche Kost, bis die Zähne sich an die neue Situation gewöhnt haben.

Die neue Apparatur im Mund verursacht in den ersten Tagen oft leichte Reizungen an Wangen und Zunge. Um störende Kanten abzudecken erhält jeder Patient von uns ein spezielles Wachs, das einen Schutz der Schleimhaut in den ersten Tagen gewährleistet.

2. Ernährung

Wir empfehlen auf zuckerhaltige Zwischenmahlzeiten zu verzichten, wenn, wie beispielsweise in der Schule, im Anschluss kein Zähneputzen möglich ist.

Dies gilt genauso für zuckerhaltige Getränke.

Um Reparaturen an der festen Zahnsperre zu vermeiden, sollten alle Patienten klebrige und sehr harte Lebensmittel wie Kaubonbons und ähnliches in der Phase der festen Zahnsperre komplett vermeiden. Außerdem sollten harte Nahrungsmittel wie z. B. Äpfel und Möhren nicht wie gewohnt mit den Frontzähnen abgebissen, sondern in Stücke geschnitten und dann mit den Backenzähnen gekaut werden.

3. Schädliche Angewohnheiten

Angewohnheiten wie Fingernägel- oder Stiftekauen müssen unbedingt abgestellt werden. Die entstehenden Hebelkräfte sind neben der Schädigung der Zähne auch häufig für Bracketverluste und Drahtbrüche verantwortlich, was eine Verlängerung der kieferorthopädischen Behandlung zur Folge haben kann.