Næstu heimsóknir

Í næsta tíma verða tekin mát og myndir eins og gert var í upphafi tannréttingarinnar. Þetta er gert til að meta hvað hafi breyst við meðferðina og til þess að skrá loka niðurstöðu.
5-6 mánuðum síðar er æskilegt að koma á stofuna og láta skoða tannstöðu og bit, og athuga hvort stoðbogar eru í lagi og gómur passi.

Stoðbogi

Innan á framtennur er búið að líma vír, stoðboga, sem er til þess að halda framtönnum réttum. Stoðbogar þurfa að vera til staðar lengi og ef þeir bila eða eru teknir burt má búast við að tennur skekkist eitthvað aftur.
Mikilvægt er að hreinsa vel í kringum stoðbogana, bæði með tannbursta og tannþræði.

www.tannretting.is

Gísli Einar Árnason tannlæknir ©
sérnám: tannréttingar

mottaka@tannretting.is
www.tannretting.is

Glerárgata 34 • 600 Akureyri • Sími: 462 4749

Gísli Einar Árnason
Tannréttingar

Stuðningsgómur

Til hamingju með að hafa lokið tannréttingunni!

Nú þegar virkri tannréttingameðferð er lokið er mjög mikilvægt að viðhalda þeim árangri sem náðist.
Þess vegna er nauðsynlegt að nota stuðningsgóm.

Hvers vegna?

Stuðningsgómurinn styður við tennurnar eftir meðferðina.

Hann styður m.a. við form efri tannbogans og heldur augntönnum á sínum stað. Gómurinn tryggir líka að framtannabitið haldist rétt og að ekki opnist bil milli tanna.

Hvenær?

Notaðu góminn dag og nótt fyrstu 6 mánuðina.
Taktu góminn út úr þér aðeins þegar þú borðar og þegar þú burstar tennurnar.
Geymdu góminn í boxi þegar hann er ekki í munninum.

Hve lengi?

Flestir þurfa að nota góminn dag og nótt í hálft ár, en sumir lengur. Eftir það er gómurinn notaður á næturnar að minnsta kosti í eitt ár, en stundum lengur.

Hirða

Mikilvægt er að fara vel með góminn, þ.e. halda honum hreinum og verja hann fyrir hnjaski.
Þegar tennur eru burstaðar er gómurinn einnig burstaður með tannbursta og tannkremi. Tannstein og önnur óhreinindi sem ekki nást af með tannbursta er hægt að losna við með því að leysa upp Corega hreinsitöflu í vatni og láta góminn liggja í því í fimm mínútur.
Corega hreinsitöflur fást í apóteki.

Nokkur mikilvæg atriði:

- Settu góminn **alltaf í box** þegar hann er ekki í munninum. Þá er minni hætta á að hann brotni eða týnist.
- Vírinn er veikasti hluti gómsins, varastu að beygja hann.
- Taktu góminn eingöngu úr munninum þegar þú borðar og burstar tennurnar.

Þegar gómur er fjarlægður úr munni er best að setja neglurnar á vírinn við augntennurnar....

...og draga hann svo niður.

- Í byrjun getur munnvatnsflæði aukist og talið orðið óskýrt, en eftir einn til tvo daga er það vandamál yfirleitt úr sögunni.
- Vertu ekki stöðugt að velta gómnum í munninum eða hreyfa hann upp og niður með tungunni. Það getur orðið til þess að vírinn aflagisti eða gómurinn hætti að passa.
- Hafðu samband og fáðu ráðleggingar ef gómurinn brotnar eða bilar.