

Informationen über den Positioner

Liebe Patientin, lieber Patient !

Im Verlauf der kieferorthopädischen Behandlung ist es gelungen, die Zahnstellung zu normalisieren und die Kiefer korrekt zueinander einzustellen.

Diese aufwendige Therapie hatte aber nur Sinn, wenn es nun gelingt, den erreichten Erfolg auch zu bewahren. Gerade nach einer Behandlung mit festsitzenden Apparaturen sind die Zähne häufig noch etwas locker und können sich in Richtung auf die alte Zahnstellung verschieben, wenn sie nicht durch geeignete Geräte daran gehindert werden.

Ein Gerät, mit dem die erreichte Zahnstellung stabilisiert und das Einspielen einer optimalen Verzahnung gefördert werden kann, ist der sogenannte Positioner.

Dieses Gerät aus weichbleibendem Kunststoff ähnelt dem Mundschutz, den z.B. Boxer während des Kampfes tragen, um Ihre Zähne vor Verletzungen zu schützen. Es greift über die oberen und unteren Zahnreihen und sorgt dafür, dass sich die Zähne nicht in eine falsche Richtung bewegen, während sie sich langsam festigen. Auch lassen sich mit dem Positioner geringe Unstimmigkeiten in der Zahnstellung noch korrigieren.

Um das erreichte Behandlungsergebnis zu halten, ist es erforderlich, den Positioner jede Nacht und zusätzlich jeden Tag Stunden einzusetzen um mit ihm jeden Tag mehrfach zu üben.

Wird das Gerät nicht regelmässig getragen, können sich die Zähne wieder verschieben. Auch wird das Tragen des Positioners unangenehm, eventuell sogar schmerzhaft, da er nach einer Unterbrechung im Tragen fester gegen die Zähne drückt oder nicht mehr passt.

Der Positioner soll so in den Mund gesetzt werden, dass die oberen Zähne in die entsprechenden grösseren Eindrücke hineinbeissen. Die gekennzeichnete Mittellinie des Positioners soll dabei zwischen den mittleren Schneidezähnen liegen.

Wird der Positioner nicht richtig eingesetzt, können sich die Zähne in eine falsche Richtung bewegen !

Die unterstützenden **Uebungen mit dem Positioner** bestehen in einer Art Muskelgymnastik, die in folgenden Schritten ablaufen soll:

1. Die Zähne werden fest in den Positioner gepresst bis die Muskeln ermüden.
2. Die Muskelspannung wird etwas gelockert und der Mund leicht geöffnet, ohne den Positioner jedoch aus dem Mund zu nehmen.

Diese Ruhephase soll jeweils etwa so lange dauern wie die Phase der maximalen Muskelanspannung (das heisst z.B.: 15 Sekunden fest zubeissen und dann etwa 15 Sekunden entspannen).

3. Diese Uebungen sollen möglichst häufig wiederholt werden, da sie ein optimales Einspielen der Verzahnung wesentlich fördern.

Anfänglich kann diese Muskelgymnastik etwas schmerzhaft sein, diese Beschwerden vergehen aber rasch, wenn sich die Zähne in ihrer entgültigen Position festigen.

Der Positioner sollte vor und nach jedem Gebrauch mit lauwarmem Wasser gereinigt werden; hierzu kann man auch die Zahnbürste und Zahnpasta verwenden.

Auf keinen Fall darf das Gerät in heisses oder gar in kochendes Wasser gelegt werden, da es sich in diesem Fall verformt und nicht mehr passt.

Auch in der Stabilisationsphase sollen die Kontrolltermine pünktlich eingehalten werden !