



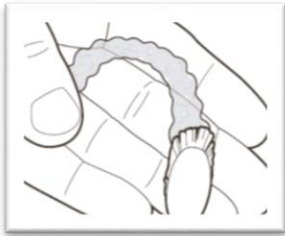
ד"ר גיא ברזון, מומחה ליישור שיניים

הנחיות למטופל בקשתיות שקופות

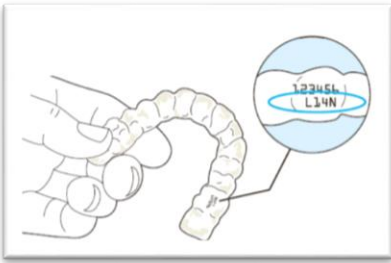
בשעה טובה התחלת את הטיפול האורתודונטי בעזרת קשתיות שקופות (מסוג אינביזליין או מסוג אחר). אנחנו מתרגשים, יחד איתך, להתחיל את הדרך לשיניים ישרות ולחיוך שתמיד רצית!

חשוב מאוד להקפיד על כמה הנחיות כדי להבטיח את הצלחת הטיפול:

1. יש ללבוש את הקשתיות במשך כל שעות היום, חוץ מזמן האוכל וצחצוח השיניים.
2. אין לאכול עם הקשתיות. אין לשתות מים קרים, מים פושרים או סודה עם הקשתיות. אין ללעוס מסטיקים עם הקשתיות. מותר לשתות מים קרים, מים פושרים או סודה עם הקשתיות.
3. כאשר מסירים את הקשתיות כדי לאכול, יש להניח אותן בקופסת הפלטות הקטנה שקיבלת. אין לשמור את הקשתיות במפית, בכיס או בכל מקום אחר מחשש שיאבדו/ ימעכו.



4. לאחר האוכל מומלץ לצחצח את השיניים כדי להניח את הקשתיות על שיניים נקיות. אם אין אפשרות לצחצח את השיניים, יש לפחות לשטוף את הפה מלכלוכים גדולים. לאחר צחצוח השיניים (ללא הקשתיות) יש לצחצח גם את הקשתיות בעזרת מברשת שיניים (ניתן להתשמש גם במעט משחת שיניים). יש לשטוף את הקשתיות עם מים קרים או פושרים. אין לנקות אותם בעזרת מים חמים. מים חמים יכולו את הקשתיות והן לא יתאימו יותר. אין לנקות אותם בעזרת חומרים כימיים אחרים ואין להשרות את הקשתיות בנוזלים כמו מי פה.



5. יש ללבוש כל סט קשתיות (עליונה ותחתונה) לפי ההנחיות שקיבלת מד"ר ברזון. לאחר סיום תקופת הליבישה (בדרך כלל לובשים כל סט קשתיות משך 7-21 ימים) יש להחזיר אותה לשקית המקורית שלה. מספר הקשתיות מופיע על השקית וגם מוטבע בלייזר על הקשתית עצמה (בצירוף האות U לקשתית עליונה ו-L לקשתית תחתונה). יתכנו מצבים בהם ד"ר ברזון יבקש לחזור וללבוש קשתיות שכבר נלבשו ולכן חשוב לשמור אותן באופן מסודר.

6. יש לשמור את כל הקשתיות במקום בטוח, הרחק מהישג ידם של ילדים, כלבים וכו'.
7. את הקשתיות הבאה בתור מומלץ להרכיב בפעם הראשונה לקראת השינה, לאחר ארוחת הערב. בזמן זה צפויים להרגיש לחץ מוגבר יחסית ויהיה יותר קשה להסיר ולהחזיר את הקשתיות.
8. בימים הראשונים לאחר ההחלפה לקשתיות חדשות יש לנשך (חזק) על פסי הגומי שניתנו ע"י ד"ר ברזון למשך כמה דקות, מספר פעמים ביום. נשיכה זו עוזרת לקשתיות להתיישב עד הסוף ומפחיתה את הסיכון לתקלות במהלך הטיפול.

9. בתחילת הטיפול צפויים להרגיש כמה שינויים: בימים הראשונים צפויים להרגיש ריור מוגבר, השפעה על הדיבור, לחץ וחוסר נוחות. כל התופעות האלה צפויות לחלוף ברובן תוך כמה ימים/שבועות בודדים.



10. הכנסה: ראשית יש לבדוק שלקחת את הקשתיות הנכונה... יש להניח את הקשתיות (העליונה והתחתונה) קודם כל על השיניים הקדמיות. אחר כך יש להניח את הקשתיות על השיניים האחוריות וללחוץ אותן למקומן בעזרת האצבעות (אין להושיב אותן בעזרת נשיכה). יש להקפיד שהקשתית ממוקמת נכון, מעל השיניים לפני שלוחצים אותן על השיניים. אם הקשתית לא ממוקמת מעל השיניים היא עלולה להתעקם ולהתעוות. יש לוודא שהקשתיות "יושבות עד הסוף" ולא רואים רווח בין השיניים והקשתית. אחרת, עלול להוצר עיכוב משמעותי בטיפול.



ד"ר גיא ברזון. אורתודונט, מומחה ליישור שיניים



11. הוצאה: יש לתפוס את הקשתית בצד אחד (ימין או שמאל) בעזרת אצבע ואגודל, אחת מצד הלחי והשניה מצד הלשון. יש למשוך את הקשתית הרחק מהשיניים (מעלה או מטה) ומעט החוצה כלפי הלחי או השפה (תנועת "קילוף בננה"). אין להשתמש במכשירים חדים לצורך הוצאת הקשתיות.
12. לכל תור להמשך הטיפול עם ד"ר ברזון יש להביא את הקשתית הנוכחית, את הקשתית הקודמת ואת הקשתית הבאה בתור, במידה והיא נמצאת ברשותך. ניתן להביא את שאר הקשתיות הישנות כדי לשמור אותן במרפאה.
13. במידה ואיבדת קשתית/קשתיות יש ליצור קשר מיידית עם המרפאה ולקבל הנחיות כיצד להתקדם בטיפול מד"ר ברזון. במידה ואין לך גישה ליצור קשר עם המרפאה – יש ללבוש את הקשתיות הקודמות. הזמנה של קשתיות חדשות במקום קשתיות שאבדו כרוכה בתשלום נוסף.
14. במידה ומרגישים שמשוהו לא תקין – קשתיות אינן יושבות עד הסוף או כל בעיה אחרת – יש להתקשר למרפאה להתייעץ עם ד"ר ברזון.
15. יש להמשיך לגשת אל רופא השיניים ואל השיננית גם במהלך הטיפול האורתודונטי. במידה ויש צורך לבצע טיפול שיניים (כגון סתימה, כתר וכו') יש לעדכן את רופא השיניים המטפל כי נמצאים במהלך טיפול אורתודונטי בעזרת קשתיות שקופות ובמידה ויש שאלה- רופא השיניים מוזמן לפנות אל ד"ר ברזון על מנת לקבל הנחיות.

כמה שאלות נפוצות:

שאלה: האם הטיפול כואב?

תשובה: רוב המטופלים מדווחים על רגישות בשיניים בימים הראשונים לאחר החלפה לסט קשתיות חדש. תיתכן גם רגישות בזמן לעיסה כאשר הקשתיות אינן בפה והרגשה של עליה קלה בניידות השיניים. תופעות אלה הן תקינות והן חלק מתנועת השיניים לכיוון מקומן הרצוי.

שאלה: האם יש הגבלות על מה שמותר לי לאכול?

תשובה: בעיקרון אין הגבלות. בניגוד לטיפול אורתודונטי רגיל עם סמכים ("קוביות") בו אסור לאכול דברים דביקים או קשים, בטיפול בעזרת קשתיות שקופות אין הגבלות על סוג המזון. בכל זאת, מומלץ להימנע ממזון קשה מאוד שעלול להפיל את הכפתורים הקטנים שהודבקו אל השיניים.

שאלה: אחרי כמה ימים הפסקתי להרגיש את הלחץ שהרגשתי קודם. האם הקשתיות עדיין עובדות?

תשובה: כן. לאחר כמה ימי לבישת הקשתיות, רמת הלחץ המורגש פוחתת מאוד ולעיתים לא מרגישים לחץ כלל. אין זה אומר שהקשתיות אינן פעילות יותר. הן ממשיכות את פעולתן גם אם לא מרגישים לחץ. יש להמשיך ללבוש את הקשתיות לפי ההנחיות שקיבלת מד"ר ברזון ואין להתקדם לקשתית הבאה לפני הזמן המתוכנן.

שאלה: האם ניתן ללבוש את הקשתיות בזמן פעילות ספורטיבית?

תשובה: כן. ניתן להמשיך ללבוש את הקשתיות בזמן פעילות ספורטיבית. יש להסירן רק אם הפעילות דורשת שימוש במגן שיניים, כגון אגרוף, כדורסל וכו'.

בכל שאלה שמתעוררת – לא להסס לפנות למרפאה לשאול את ד"ר ברזון.

בהצלחה!