

Tilpasningsvejledning til Noiselezz

Følgende er specifikt målrettet NOISELEZZ® bideskinne. Læs venligst det hele og opbevar instruktionen for tilbagevendende reference.

Bemærk at Noiselezz i langt de fleste tilfælde vil passe direkte fra æsken. Justering og tilpasning er derfor normalt ikke nødvendigt.

Noiselezz er pakket i en flad form, i sit eget rejse/opbevarings-etui.

Først skal du fjerne bideskinnen fra etuiet. Fold de to flade sider sammen (som du ville gøre med en sandwich). Den nederste skinne er længere og mere udstående. Den øverste skinne har en meget lille bule i centrum af fronten på ydersiden.

Ved at indsætte bideskinnen i munden, vil din underkæbe (mandiblen) bevæge sig langsomt fremad, åbne luftvejene og bevæge tungen væk fra den bløde gane. Holdt i denne stilling, vil du stoppe med at snorke.

Noiselezz materialet er blødt og kan, om nødvendigt, let beskæres til en bedre pasform. Skær ikke væk fra indersiden af den nederste skinne eller fra kanten af den øverste skinne. Forsøg ikke at forskubbe forholdet mellem skinnerne ved opvarmning den bevægelige del.

Vedrørende usædvanlig mundform (skæve tænder) eller svær klasse 2 eller 3 tandstilling:

Hvis du har problemer med tilpasning af standard Noiselezz, kan den tilpasses individuelt mod irritation, som følgende:

Se din tandlæge eller følg nedenstående oplysninger. Du skal undgå unødigt pres på én eller bare et par tænder. Dette kan undgås ved korrekt tilpasning.

Ved mindre irritation eller lokalt pres, dyp kun den berørte del af skinnen i varmt vand (maks. 73 grader celsius) i 5 til 10 sekunder. Materialet vil blive blødt. Placer derefter skinnen forsigtigt i munden og tilføj et let tryk.

Alternativt, efter en let opvarmning, omdan kun det område, der irriterede dig, med (for eksempel) bagsiden af en teske. Du kan gentage dette flere gange om nødvendigt. Brug ikke kogende vand! Husk den maksimale temperatur på 73 C! Vær forsigtig med vandtemperaturen i munden. Brug ikke varmt vand fra hanen, da det ikke er muligt at styre temperaturen.

Når du har brugt NOISELEZZ® i nogen tid, kan de bevægelige dele blive slappe. De bevægelige dele fungerer som fjedre og lader NOISELEZZ® følge åbning/lukning af munden. Hvis du ønsker at styrke/optimere de bevægelige dele, dyp kun disse dele i varmt vand 73 C som ovenfor. Efter et par sekunder vil de bevægelige dele genvinde deres oprindelige elasticitet. Forsøg ikke at forskubbe skinnerne.

Hvis du oplever en vis ømhed i kæben, ophør straks med at anvende bideskinnen i et par dage for derefter gradvis at øge brugen over en periode. Ved langvarig ubehag, skal du kontakte din tandlæge.

Det er ikke usædvanligt at føle en mindre ømhed i kæbeled og tænder. Dette forsvinder normalt i løbet af få dage. Det hjælper nogen gange at bære bideskinnen i vågen tilstand, om aftenen, mens du ser tv eller læser. Når du er vågen vil du bemærke de områder, der kan irritere dig ubevidst.

Du har gavn af bideskinnen, selvom du bruger proteser, forudsat at dine proteser har en god pasform. Du skal bruge dine tandproteser, når du bruger NOISELEZZ®. Personer der har sygdomme i gummerne, løse tænder, eller sygdom i mundhulen eller kæbe bør ikke forsøge sig med en oral bideskinne. Få problemet behandlet først.

Børn, der stadig vokser, bør ikke under nogen omstændigheder bruge bideskinnen.

Du vil tilpasse dig til Noiselezz efterhånden, og snart nyde en afslappende søvn. Det er normalt at have en indkøringsperiode.

Undertiden kan noget af det følgende opstå: Nogle mærker en mindre tandømhed, i begyndelsen af brugen af Noiselezz. Hvis dette ikke er alvorligt og ikke lokaliseret (som ved at gnide på ét sted), vil du normalt vænne dig til det og det vil snart forsvinde. Hvis det fortsætter, kan du prøve at bruge de ovenfor nævnte justerings forslag. Noiselezz er kun fremstillet i én størrelse. Den passer 98 % af befolkningen uden justering eller tilpasnings behov. Nogle oplever under søvn, at bideskinnen bliver skubbet ud i første omgang. Dette er normalt, hav tålmodighed. Nogle får overskydende spyt eller mundtørhed. Disse forhold er normale med enhver oral skinne, selv bøjler. Du vil vænne dig til det, normalt inden for en uge. De bevægelige dele tillader skinnen at følge din mund, når den slapper af og åbner, men din underkæbe vil fortsætte med at stikke en smule frem. Dette tillader normal vejtrækning. Slap af, giv dig selv tid til at vænne dig til den, Noiselezz fungerer passivt. Alvorlige justeringer kan kræve ekspertise fra en tandlæge.

Din tandlæge kan med sin ekspertise tilbyde dig tilpasning, om nødvendigt. Efter anmodning kan vi tilbyde professionel tilpasningsvejledning til din tandlæge. Rengør bideskinnen grundigt hver morgen. Brug DentureBrite, vores eksklusive rengøringsmiddel, som er den mest effektive metode. Ellers kan en tandbørste, tandpasta og koldt vand gøre arbejdet. Efter rengøring, lufttørres bideskinnen, og opbevares fladt i opbevaringsetuiet.