



Use and care instructions for your Invisalign aligners.

Instruccions d'ús i manteniment
dels vostres alineadors Invisalign

Leiðbeiningar um notkun
og umhirðu Invisalign-skinna

Instruktioner for brug og
vedligeholdelse
af dine Invisalign-bøjler

Istruzioni per l'uso e
la manutenzione
degli aligner Invisalign

Instructies voor gebruik en
onderhoud
van uw Invisalign aligners

Instruksjoner for bruk og stell
for dine Invisalign
regulerings Skinner

Käyttö- ja hoitoohjeet
Invisalign-oikomiskiskoja varten

Instruções de utilização
e manutenção
para os seus aligners Invisalign

Instructions d'utilisation
et d'entretien
de vos aligners Invisalign

Instrucciones de uso
y mantenimiento
de los aligners Invisalign

Gebrauchs- und
Pflegeanweisungen
für Ihre Invisalign-Aligner

Bruks - och skötsel anvisningar
för dina Invisalign tandskenor

Οδηγίες χρήσης και φροντίδας
για τους νάρθηκες
(aligner) Invisalign



Align Technology, Inc.
2560 Orchard Parkway
San Jose, CA 95131
USA



Emergo Europe
Molenstraat 15 2513 Bh,
The Hague The Netherlands
+31.70.345.8570

© 2014 Align Technology, Inc.
All rights reserved. D16470 Rev B

English

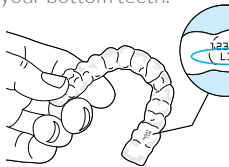
Wearing and using your Invisalign aligners.

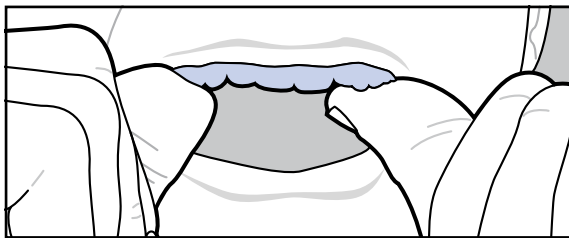
Here are some tips to help ensure proper use and avoid damaging your aligners.

Always remember to

1. Wear your aligners as per your dental practitioner's instructions, usually 20-22 hours per day.
2. Wash your hands thoroughly with soap and water before handling your aligners.
3. Handle only ONE aligner at a time.
4. Rinse your aligners when removing them from the packaging.

Aligner insertion

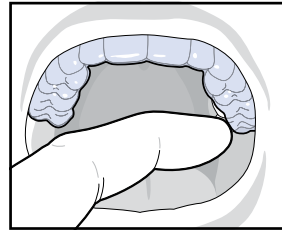
1. Make sure you have the proper aligner – the upper for your top teeth and the lower for your bottom teeth.
2. To help avoid confusion, each aligner is engraved with your unique case number, a "U" for upper and an "L" for lower, followed by the stage number. 
3. You may insert either the upper or lower aligner first. When inserting each aligner, gently push the aligners over your front teeth. Then apply equal pressure, using your fingertips, to the tops of your left and right molars (back teeth) until the aligner snaps into place.



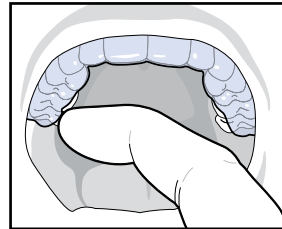
4. Do NOT bite your aligners into position. This may damage them.

Note: If you experience sharp pain or significant discomfort, discontinue use of the aligners and contact your dental practitioner.

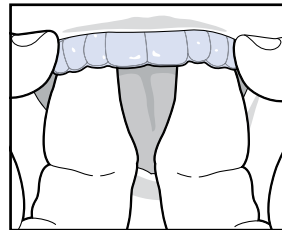
Aligner removal



1. On one side of your mouth, use your fingertip on the inside of your back molar to slowly pull the aligner from your molars.



2. Repeat this process on the other side of your mouth before trying to completely remove the aligner.



3. Once the aligner is disengaged from the molars on both sides of your mouth, you should be able to slowly work your way forward gently prying the aligner away from your teeth with your fingertips.

Note:

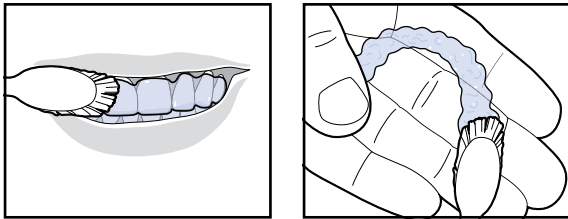
- Immediately rinse aligner with water, shake off excess water and store your aligners in the protective case provided with your starter kit.
- To help prevent damage to the aligners, avoid unnecessary removal.
- Take care when removing your aligners, especially if multiple attachments are being used.
- Do not use excessive force to bend or twist an aligner to get it off.
- DO NOT use any sharp objects to remove your aligners.
- Consult your dental practitioner if your aligners are extremely difficult to remove.

Daily care and maintenance of your Invisalign aligners.

1. Clean your aligners prior to each insertion. Use a soft bristle toothbrush with water and a small amount of toothpaste. You may find it easiest to clean the outside of your aligners by brushing them while they are still on your teeth, then remove your aligners to clean the inside surfaces.

Note: Be sure to rinse each aligner thoroughly with water after each cleaning. We also recommend that you use the Invisalign aligner cleaning products once a week, or as needed.

2. Do NOT use denture cleaners to clean aligners. Do NOT soak them in mouthwash. These products can damage the surface of the aligner, causing it to become dull and more visible.



Proper oral hygiene

1. Remove your aligners for eating and drinking. (You do not need to remove your aligners to drink cool water.)
2. Brush and floss your teeth after each meal or snack prior to re-inserting your aligners. If you don't have access to your cleaning system or a toothbrush, you can simply rinse your mouth, and then clean your aligners by holding them under warm running water. It is not the best way to clean, but it works if absolutely necessary. Be sure to thoroughly clean your aligners at your earliest convenience.
3. If you have any questions regarding hygiene techniques, please consult your dental practitioner.
4. Regular dental checkups and cleaning are recommended for the continued health of your teeth and gums.

Storing your Invisalign aligners

Two aligner cases are included in your starter kit; a blue case and a red (or orange) case. We recommend that you store your Invisalign aligners in a case when they are not in your mouth. This will help protect them from loss and damage.

Designate your blue aligner case for your "current stage". Store the aligners you are currently using (e.g. stage no. 1) in this case.

When it is time to switch up to the next stage (e.g. stage no. 2), transfer the previous aligners (e.g. stage no. 1) to the red (or orange) case. Always keep the most recently used aligners in this case. If your current aligner is lost or broken, your dental practitioner may recommend that you temporarily go back one stage and use the aligners in the red (or orange) case while a replacement is being made.

Note: Keep all of your older aligners in a clean plastic bag, or as instructed by your dental practitioner. Keep them out of reach of small children and pets.

Frequently asked questions and answers.

Q: Will the treatment be painful?

A: Most people experience tooth soreness for a few days after starting each new stage. This is normal. It is a sign that the Invisalign aligners are working, moving your teeth to their final destination. This soreness should gradually go away a couple of days after inserting the new aligner in the series. If it doesn't, promptly call your dental practitioner.

Q: Will wearing the Invisalign aligners affect my speech?

A: Like all orthodontic treatments, the aligners may temporarily affect your speech and you may have a slight lisp for a day or two. However, as your tongue gets used to having aligners in your mouth, any lisp or minor speech impediment caused by your aligners should disappear.

Q: What should I do if my new Invisalign aligner doesn't snap onto my teeth?

A: Minor discrepancies between the new aligner and the current tooth position are normal, since the teeth need time to conform to the new aligner position. In the event of significant problems with aligner fit, inform your dental practitioner.

Q: Are there restrictions on what I can eat?

A: In general, no. Unlike traditional orthodontics, you can usually eat and drink whatever you desire because you remove your aligners while eating. Thus, there is no need to restrict your consumption of any of your favourite foods and snacks, unless otherwise instructed by your dental practitioner.

Q: Is it OK to drink hot or cold beverages while wearing Invisalign aligners?

A: Except for cool water, we recommend that you do not drink while wearing the aligners. This is to avoid formation of cavities and stains, or warping of the aligners with hot drinks and hot water.

Q: Can I chew gum while wearing Invisalign aligners?

A: NO. Gum will stick to the aligners. We recommend removing your aligners for all snacks and meals.

Q: Will smoking or chewing tobacco stain the aligners?

A: We discourage tobacco use while wearing aligners because of the possibility of aligner discolouration.

Q: Why do some of my aligners have bumps or ridges on them?

A: Depending on your specific treatment, some of the movements may require either "attachments" or "ridges" to help the aligner grip the teeth. These bumps, or wells, are where the aligner grips the attachment the dental practitioner places on your teeth. The attachments are actually small pieces of composite the dental practitioner affixes to your teeth that are then gripped by bumps on your aligners. The ridges are slim indentations in your aligners. Your dental practitioner will use one or both of these features to attempt to achieve the desired movement.

Q: What if I lose or break an Invisalign aligner?

A: In the event that an aligner is lost or broken, you should immediately inform your dental practitioner. Your dental practitioner will probably tell you to start wearing your last set or next set of aligners immediately. He or she will possibly order you a new set of aligners to replace the ones you have lost, which should arrive in a few days.

Q: What if I lose or break an attachment?

A: In the event that an attachment is lost or broken, you should immediately contact your dental practitioner.

Note: If you have additional questions after reading this pamphlet, please consult your dental practitioner.

Warning: In rare instances, some patients may be allergic to the plastic aligner material. In such cases, discontinue use and consult a healthcare professional immediately. Align Technology must also be notified. Orthodontic appliances, or parts thereof, may be accidentally swallowed or aspirated and may be harmful.

Català (Catalan)

Portar i fer servir els vostres alineadors Invisalign.

Aquí teniu alguns consells per assegurar un ús adequat i evitar que es produeixin danys als vostres alineadors.

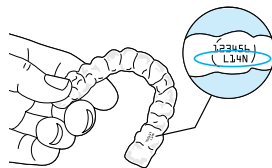
Recordeu-vos sempre de

1. Portar els vostres alineadors seguint les instruccions del vostre odontòleg, normalment 20-22 hores al dia.
2. Rentar-vos bé les mans amb sabó i aigua abans de manipular els vostres alineadors.
3. Manipular els alineadors d'un en un.
4. Esbandir els alineadors després de treure'ls de l'embalatge.

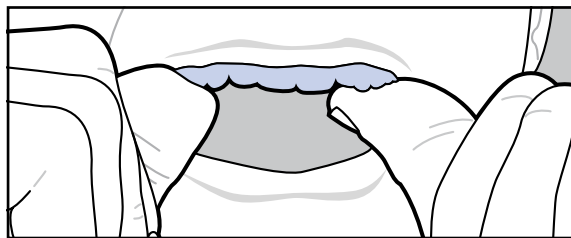
Inserció dels alineadors

1. Assegureu-vos de tenir l'alineador adequat: el superior per a les dents superiors i l'inferior per a les dents inferiors.

2. Per evitar la confusió, cada alineador està marcat amb el vostre número de cas únic, una "U" per a l'alineador superior i una "L" per a l'inferior i, a continuació, el número de fase.



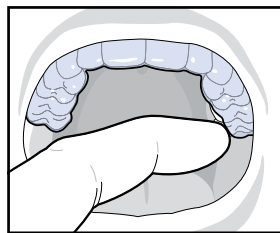
3. Podeu posar-vos primer l'alineador superior o l'inferior. En posar-vos cada alineador, pressioneu suaument els alineadors sobre les dents davanteres. A continuació, apliqueu una pressió uniforme, fent servir les puntes dels dits, a les parts superiors dels molars (dents del darrere) esquerre i dret fins que l'alineador encaixi al seu lloc.



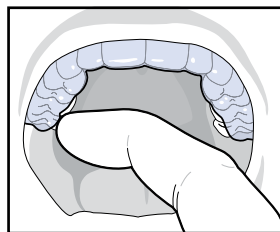
4. NO mossegueu els alineadors per inserir-los a la seva posició. Això podria fer-los malbé.

Nota: si experimenteu un dolor agut o esteu molt incòmodes, deixeu d'utilitzar els alineadors i poseu-vos en contacte amb el vostre odontòleg.

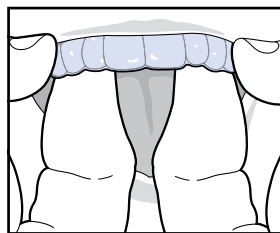
Retirada dels alineadors



1. En un costat de la boca, feu servir la punta del dit a la part interior del darrer molar per treure lentament l'alineador dels molars.



2. Repetiu aquest procés a l'altre costat de la boca abans d'intentar treure completament l'alineador.



3. Quan l'alineador s'hagi separat dels molars als dos costats de la boca, hauríeu de poder separar-lo a poc a poc de la resta de les dents, des del darrere fins al davant, tot estirant-lo suaument amb les puntes dels dits.

Nota:

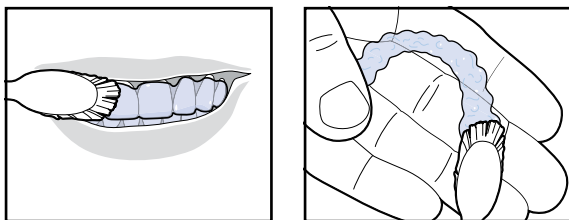
- Esbandiu immediatament l'alineador amb aigua, elimineu l'excés d'aigua i deseu els alineadors a l'estoig de protecció que se subministra amb el vostre kit de nou usuari.
- Per evitar que es produeixin danys als alineadors, eviteu treure-us-els de forma innecessària.
- Aneu amb compte quan us tragueu els alineadors, especialment si s'estan utilitzant múltiples ancoratges.
- No apliqueu massa força per doblegar o retorçar un alineador per tal de treure-us-el.
- NO feu servir cap objecte esmolat per treure-us els alineadors.
- Consulteu el vostre odontòleg si us costa molt treure-us els alineadors.

Cura i manteniment diaris dels vostres alineadors Invisalign.

1. Netegeu els alineadors cada vegada abans de posar-vos-els.
Feu servir un raspall de dents de cerres suaus amb aigua i una mica de pasta de dents. Pot ser que trobeu més fàcil netejar la part exterior dels vostres alineadors tot raspallant-los mentre encara els porteu posats a les dents i, a continuació, treure-us els alineadors per netejar les superfícies interiors.

Nota: assegureu-vos d'esbandir completament tots els alineadors després de cada rentat. També recomanem utilitzar els productes de neteja d'alineadors Invisalign una vegada per setmana, o quan sigui necessari.

2. NO feu servir productes de neteja de dentadures per netejar els alineadors. NO els mulleu amb col·lutori. Aquests productes poden malmetre la superfície dels alineadors, tornant-la grisa i més visible.



Higiene dental adequada

1. Traieu-vos els alineadors per beure i menjar. (No cal treure-se'ls per beure aigua fresca.)
2. Renteu-vos les dents amb un raspall i feu servir fil dental després de cada àpat, pesat o lleuger, abans de tornar a posar-vos els alineadors. Si no teniu accés a un raspall de dents o al vostre sistema de neteja, podeu glopejar aigua i rentar els alineadors posant-los sota l'aixeta amb aigua calenta. No és la millor manera de rentar-los, però funciona si no hi ha cap altre remei. Assegureu-vos de rentar completament els alineadors tan aviat com sigui possible.
3. Si teniu alguna pregunta referent a les tècniques d'higiene, consulteu el vostre odontòleg.
4. És recomanable efectuar revisions dentals i neteges bucals de manera regular per tal de garantir la bona salut de les vostres dents i genives.

Desar els vostres alineadors Invisalign

El vostre kit de nou usuari inclou dos estoigs per a alineadors, un estoig blau i un estoig vermell (o taronja). Us recomanem desar els alineadors Invisalign en un estoig quan no els porteu a la boca. Això ajudarà a protegir-los contra pèrdues i danys.

Feu servir l'estoig d'alineadors blau per a la vostra "fase actual". Deseu els alineadors que esteu fent servir actualment (per exemple, fase 1) en aquest estoig.

Quan sigui el moment de passar a la fase següent (per exemple, fase 2), passeu els alineadors anteriors (per exemple, els de la fase 1) a l'estoig vermell (o taronja). Deixeu sempre en aquest estoig els últims alineadors que hàgiu fet servir. Si el vostre alineador actual es perd o trenca, el vostre odontòleg pot recomanar-vos que temporalment aneu una fase enrere i feu servir els alineadors de l'estoig vermell (o taronja) mentre es confecciona l'alineador de substitució.

Nota: deseu els vostres alineadors antics en una bossa de plàstic neta, o seguint les instruccions del vostre odontòleg. No els deixeu a l'abast dels nens i dels animals de companyia.

Preguntes freqüents i respostes.

P: El tractament serà dolorós?

R: La majoria de gent pateix dolor dental durant uns quants dies després d'iniciar cada fase nova. Això és normal. És un senyal que els alineadors Invisalign estan funcionant, movent les dents cap a la seva posició final. Aquest dolor hauria de desaparèixer gradualment un parell de dies després d'inserir el nou alineador a la sèrie. Si no desapareix, truqueu ràpidament al vostre odontòleg.

P: Portar els alineadors Invisalign m'afectarà la parla?

R: Igual que tots els tractaments ortodòntics, els alineadors poden afectar temporalment la vostra parla i pot ser que presenteu un parlar lleugerament papissot durant un o dos dies. No obstant això, a mesura que la vostra llengua s'acostumi a tenir els alineadors a la boca, qualsevol parlar papissot o petit defecte de la parla ocasionat pels alineadors hauria de desaparèixer.

P: Què he de fer si el meu nou alineador Invisalign no m'encaixa bé a les dents?

R: És normal que hi hagi petites discrepàncies entre la posició del nou alineador i la posició actual de les dents, atès que les dents necessiten temps per adaptar-se a la posició del nou alineador. Si experimenteu algun problema important amb la inserció de l'alineador, informeu el vostre odontòleg.

P: Hi ha alguna restricció en allò que puc menjar?

R: En general, no. A diferència de les ortodòncies tradicionals, normalment podeu menjar i beure el que vulgueu perquè us traieu els alineadors quan mengeu. Així doncs, no és necessari restringir el vostre consum de cap dels vostres menjars i aperitius predilectes, tret que el vostre odontòleg us digui el contrari.

P: Està permès beure begudes calentes o fredes mentre es porten posats els alineadors Invisalign?

R: Recomanem que no begueu res excepte aigua fresca mentre porteu posats els alineadors. Això és per evitar la formació de càries i taques, així com que els alineadors puguin deformar-se si es consumeixen begudes calentes i aigua calenta.

P: Puc mastegar xiclet mentre porto posats els alineadors Invisalign?

R: NO. El xiclet s'enganxarà als alineadors. Recomanem treure's els alineadors abans de cada àpat, pesat o lleuger.

P: Fumar o mastegar tabac tancarà els alineadors?

R: Desaconsellem l'ús de tabac mentre es portin posats els alineadors degut a la possibilitat que els alineadors es descoloreixin.

P: Per què alguns alineadors tenen protuberàncies o ranures?

R: Depenent del vostre tractament específic, alguns dels moviments poden requerir "ancoratges" o "ranures" per facilitar l'acoblament de l'alineador a la dent. Aquestes protuberàncies, o cavitats, es troben on l'alineador s'acobla a l'ancoratge que l'odontòleg posa a les vostres dents. Els ancoratges són petites peces de compost que l'odontòleg fixa a les vostres dents i que a continuació s'acoblen mitjançant les protuberàncies dels vostres alineadors. Les ranures són uns solcs prims als alineadors. El vostre odontòleg farà servir una o les dues característiques per intentar assolir el moviment desitjat.

P: Què passa si perdo o trenco un alineador Invisalign?

R: Si un alineador es perd o trenca, heu d'informar immediatament el vostre odontòleg. El vostre odontòleg probablement us dirà que comenceu a portar immediatament el vostre últim joc o el joc següent d'alineadors. Segurament encarregarà un nou joc d'alineadors per substituir els que hàgiu perdut, que normalment arribaran passats uns quants dies.

P: Què passa si perdo o trenco un ancoratge?

R: Si un ancoratge es perd o trenca, heu de posar-vos en contacte immediatament amb el vostre odontòleg.

Nota: si teniu alguna pregunta addicional després de llegir aquest fulllet, consulteu el vostre odontòleg.

Advertència: en casos aïllats, hi ha pacients que poden manifestar al·lèrgia al plàstic dels alineadors. En aquests casos, deixeu de fer servir el dispositiu i poseu-vos en contacte amb un professional de la salut immediatament. Així mateix, comuniqueu el vostre cas també a Align Technology. Els aparells ortodòntics, o les parts corresponents, poden ingerir-se o aspirar-se accidentalment i ser perjudicials.

Dansk (Danish)

Sådan bruger du dine Invisalign bøjler.

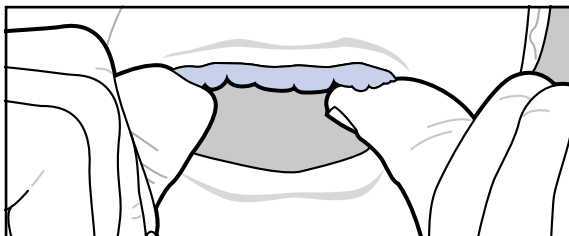
Her er nogle tip til at sikre korrekt brug og undgå at ødelægge dine bøjler.

Husk altid

1. Bær dine bøjler som din læge har foreskrevet det, typisk 20-22 timer pr. dag.
2. Vask hænderne grundigt med vand og sæbe, før du håndterer dine bøjler.
3. Håndter kun én bøjle ad gangen.
4. Skyl dine bøjler, når du fjerner dem fra indpakningen.

Isætning af bøjler

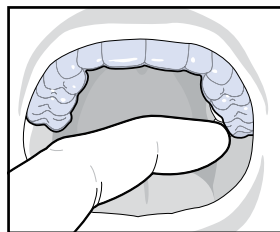
1. Sørg for, at du har den korrekte bøjle – den øverste til overmunden og den nederste til undermunden.
2. For at undgå forvirring er hver bøjle markeret med et unikt etuinummer samt et "U" på den øverste bøjle og et "L" på den nederste bøjle efterfulgt af behandlingstrinnet nummer.
3. Du kan isætte enten den øverste eller den nederste bøjle først. Når bøjle isættes, skal du trykke forsigtigt på bøjlen over dine fortænder. Tryk derefter lige hårdt med fingerspidserne på toppen af din venstre og højre bageste kindtand, indtil bøjlen klikker på plads.



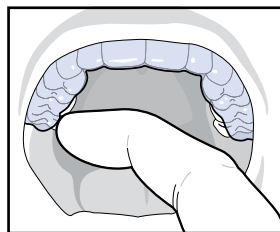
4. Bid IKKE i bøjlerne for at sætte dem på plads. Dette kan beskadige dem.

Bemærk: Hvis du oplever skarp smerte eller væsentligt ubehag, skal du afbryde brugen af bøjlerne og kontakte din læge.

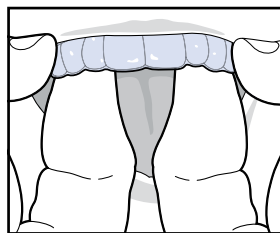
Afmontering af bøjler



1. I den ene side af munden skal du bruge din fingerspids på indersiden af din bageste kindtand og langsomt trække bøjlen væk fra dine kindtænder.



2. Gentag dette på den anden side af munden, før du forsøger at fjerne bøjlen helt.



3. Når bøjlen har slippet kindtænderne i begge sider af munden, skulle du langsomt kunne arbejde dig fremad og forsigtigt lirke bøjlen væk fra dine tænder med fingerspidserne.

Bemærk:

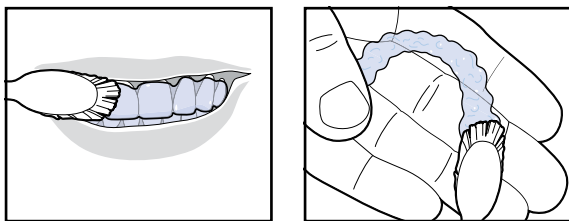
- Skyl omgående bøjlen med vand, ryst overskydende vand af, og gem dine bøjler i det beskyttende etui, der følger med dit startsæt.
- For at undgå at beskadige bøjlerne skal du undgå at tage dem ud unødigt.
- Vær omhyggelig med at fjerne dine bøjler, især hvis der bruges flere påsætninger.
- Brug ikke unødigt kraft til at bøje eller vride en bøjle for at få den af.
- Brug IKKE skarpe genstande til at fjerne bøjlerne.
- Rådfør dig med din læge, hvis dine bøjler er meget vanskelige at fjerne.

Daglig pleje og vedligeholdelse af dine Invisalign bøjler.

1. Rengør bøjlerne forud for hver isætning. Brug en blød tandbørste med vand og lidt tandpasta. Måske finder du det nemmest at rengøre ydersiden af dine bøjler ved at børste dem, mens de stadig sidder på dine tænder. Tag derefter dine bøjler af, og rengør de indvendige overflader.

Bemærk: Sørg for, at hver bøjle bliver skyllet grundigt med vand efter hver rengøring. Vi anbefaler også, at du bruger Invisalign-bøjlerengøringsmidlerne én gang om ugen eller efter behov.

2. Brug IKKE proteserensmidler til at rense bøjler. Undlad at nedsænke dem i mundskyl. Disse produkter kan beskadige bøjleens overflade og gøre den mat og mere synlig.



God mundhygiejne

1. Fjern bøjlerne, før du spiser eller drikker. (Du behøver ikke at fjerne bøjlerne for at drikke koldt vand.)
2. Børst tænder, og brug tandtråd efter hvert hoved- eller mellemmåltid, før bøjlerne sættes på igen. Hvis du ikke har adgang til dit rensesystem eller en tandbørste, kan du blot skylle munden og derefter rengøre bøjlerne ved at holde dem under rindende varmt vand. Det er ikke den bedste måde at rengøre dem på, men det fungerer, i mangel på bedre. Sørg for at rengøre bøjlerne grundigt, så snart det er belejligt.
3. Hvis du har spørgsmål om hygiejneteknikker, skal du kontakte din læge.
4. Regelmæssig tandundersøgelse og tandrensning anbefales for at bevare tændernes og tandkødets sundhed.

Opbevaring af bøjlerne

Der følger to bøjleetuier med dit startsæt: et blå etui og et rødt (eller orange) etui. Vi anbefaler, at du opbevarer dine Invisalign-bøjler i et etui, når de ikke sidder i munden. Dette kan forhindre, at de mistes eller går i stykker.

Brug det blå bøjleetui til det "nuværende behandlingstrin." Opbevar de bøjler, du i øjeblikket bruger (f.eks. trin 1) i dette etui.

Når det er tid til at skifte op til næste behandlingstrin (f.eks. trin 2), flyttes de forrige bøjler (f.eks. fase 1) til det røde (eller orange) etui. Opbevar altid de senest anvendte bøjler i dette etui. Hvis du mister din nuværende bøjle, eller den går i stykker, kan din læge anbefale, at du midlertidigt går et trin tilbage og bruger bøjlerne i det røde (eller orange) etui, mens der bliver lavet et nyt sæt.

Bemærk: Opbevar alle dine ældre bøjler i en ren plasticpose eller som anvist af din læge. Hold dem uden for rækkevidde af små børn og kæledyr.

Ofte stillede spørgsmål og svar.

Spm.: Vil behandlingen være smertefuld?

Sv.: De fleste oplever ømhed i tænderne i et par dage efter påbegyndelse af hver ny fase. Dette er normalt. Det er et tegn på, at Invisalign-bøjlerne virker og flytter dine tænder til deres endelige placering. Denne ømhed bør forsvinde gradvist et par dage efter, den nye bøjle i serien er sat i. Hvis det ikke er tilfældet, skal du straks kontakte din læge.

Spm.: Vil Invisalign-bøjlerne have indflydelse på min taleevne?

Sv.: I lighed med andre tandbehandlinger kan bøjlerne midlertidigt påvirke din taleevne, og du vil muligvis læse en smule i en dag eller to, men når din tunge vænner sig til, at der er bøjler i munden, vil en eventuel læspen eller mindre talefejl forårsaget af bøjlerne forsvinde.

Spm.: Hvad skal jeg gøre, hvis min nye Invisalign-bøjle ikke klikker fast på mine tænder?

Sv.: Mindre afvigelse mellem den nye bøjle og den aktuelle tandstilling er normalt, da tænderne har brug for tid til at tilpasse sig den nye placering i bøjlen. Ved betydelige problemer med bøjlernes pasform skal du informere din læge.

Spm.: Er der begrænsninger på, hvad jeg kan spise?

Sv.: Generelt, nej. I modsætning til traditionel tandbehandling kan du som regel spise og drikke, hvad du ønsker, da bøjlerne fjernes, mens du spiser. Derfor er der ikke behov for at begrænse dit forbrug af nogen af dine foretrukne fødevarer, medmindre andet er anvist af din læge.

Spm.: Er det i orden at drikke varme eller kolde drikke, når man har Invisalign-bøjler på?

Sv.: Udover koldt vand anbefaler vi, at du ikke drikker med bøjlerne på. Dette er for at undgå dannelse af huller og pletter eller vrid på bøjlerne ved varme drikke og varmt vand.

Spm.: Kan jeg tygge tyggegummi med Invisalign-bøjler på?

Sv.: NEJ. Tyggegummi sidder fast i bøjlerne. Vi anbefaler, at du fjerner bøjlerne forud for alle måltider.

Spm.: Vil rygning eller anden tobaksbrug lave pletter på bøjlerne?

Sv.: Vi fraråder tobaksbrug iført bøjlerne, da der er risiko for misfarvning af bøjlerne.

Spm.: Hvorfor er der buler eller riller på nogle af mine bøjler?

Sv.: Afhængigt af din specifikke behandling kan nogle af bevægelserne kræve yderligere "på sætninger" eller "riller" for at hjælpe bøjlen med at gribe i tænderne. Disse buler eller fordybninger sidder der, hvor bøjlen griber fast i den på sætning, som lægen placerer på dine tænder. På sætningerne er faktisk små stykker kompositmateriale, som lægen sætter fast på dine tænder, og som så griber fast i buler på bøjlerne. Rillerne er små fordybninger i bøjlerne. Lægen vil bruge en af eller begge disse funktioner i forsøget på at opnå den ønskede bevægelse.

Spm.: Hvad sker der, hvis jeg mister en Invisalign-bøjle, eller den går i stykker?

Sv.: Hvis en bøjle mistes eller går i stykker, skal du straks informere din læge. Lægen vil formentlig bede dig tage dit forrige eller næste sæt bøjler på med det samme. Han eller hun vil muligvis bestille et nyt sæt bøjler, der kan erstatte dem, som du lige har mistet. De skulle ankomme i løbet af et par dage.

Spm.: Hvad sker der, hvis jeg mister en på sætning, eller den går i stykker?

Sv.: Hvis en på sætning mistes eller går i stykker, skal du straks kontakte din læge.

Bemærk: Hvis du har yderligere spørgsmål efter at have læst denne brochure, bedes du kontakte din læge.

Advarsel: I sjældne tilfælde kan nogle patienter være allergiske over for materialet i plastikbøjlen. I sådanne tilfælde skal brugen stoppe og en praktiserende læge omgående kontaktes. Align Technology skal også underrettes. Anordninger til tandbehandling, eller dele deraf, kan utilsigtet blive slugt eller trukket ind i luftvejene.

Nederlands

Invisalign aligners dragen en gebruiken.

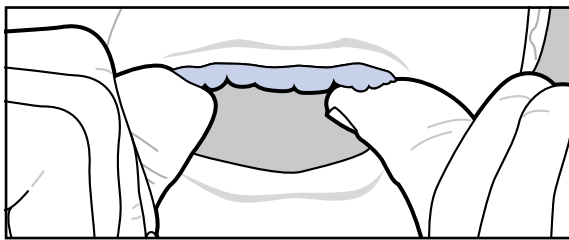
Met de volgende tips kunt u uw aligners op de juiste manier gebruiken en beschadiging ervan voorkomen.

Niet vergeten

1. Draag uw aligners altijd volgens de instructies van uw tandheekkundige, doorgaans 20-22 uur per dag.
2. Was uw handen altijd grondig met water en zeep voordat u de aligners hanteert.
3. Hanteer slechts EEN aligner tegelijk.
4. Spoel nieuwe aligners altijd af nadat u deze uit de verpakking hebt gehaald.

Aligner inbrengen

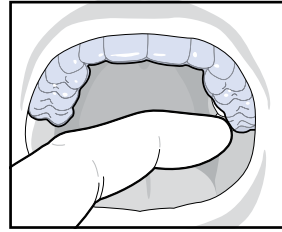
1. Controleer of u de juiste aligner hebt: de bovenaligner voor uw bovengebitt en de benedenaligner voor uw ondergebitt.
2. Om verwarring te voorkomen, is op elke aligner uw unieke identificatienummer gegraveerd met een "U" voor het bovengebitt en een "L" voor het ondergebitt, gevolgd door het stadiumnummer. 
3. U kunt naar keuze eerst de aligner voor het bovengebitt of voor het ondergebitt inbrengen. Duw de aligner bij het inbrengen voorzichtig over uw voortanden. Duw vervolgens met uw vingertoppen links en rechts op uw kiezen tot de aligner op z'n plaats klikt.



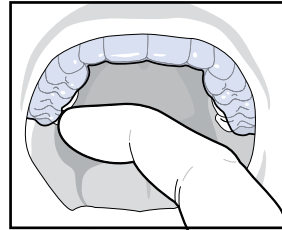
4. Bijt **NOOIT** om een aligner op zijn plaats te krijgen. Hierdoor kunnen de aligners beschadigd raken.

Opmerking: Als u tijdens het dragen van aligners last hebt van een scherpe pijn of duidelijk ongemak, moet u het gebruik van de aligners stopzetten en contact opnemen met uw tandheekkundige.

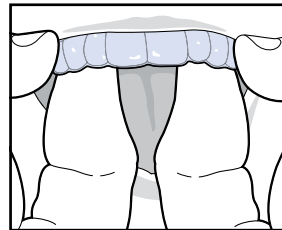
Aligner verwijderen



1. Plaats uw vingertop aan een kant van uw mond aan de binnenzijde van uw achterste kies en haal de aligner voorzichtig van uw kiezen af.



2. Herhaal deze procedure eerst aan de andere kant van uw mond voordat u de aligner helemaal probeert te verwijderen.



3. Wanneer u de aligner aan beide kanten van uw mond hebt losgemaakt, kunt u deze nu langzaam met uw vingertoppen naar voren duwen en van uw tanden afhaken.

Opmerking:

- Spoel de aligner direct met water, schud overtollig water eraf en bewaar de aligners in de beschermdoos die bij uw startpakket is geleverd.
- Verwijder de aligners alleen wanneer dat nodig is. Zo voorkomt u beschadiging.
- Ga voorzichtig te werk wanneer u de aligners verwijdert, met name wanneer er verschillende hulpstukken worden gebruikt.
- Probeer de aligner niet met overmatige kracht te verwijderen door deze te buigen of verdraaien.
- Gebruik **GEEN** scherpe voorwerpen om de aligners te verwijderen.
- Neem contact op met uw tandheekkundige wanneer u veel moeite hebt om uw aligners te verwijderen.

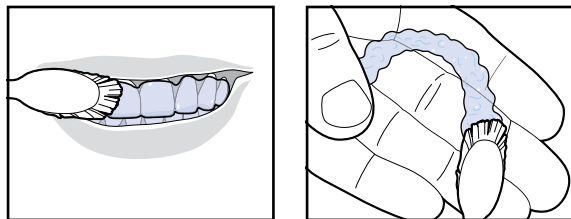
Dagelijkse verzorging en onderhoud van Invisalign aligners.

1. Reinig uw aligners telkens voordat u deze inbrengt. Gebruik hiervoor een zachte tandenborstel met water en een kleine hoeveelheid tandpasta. U kunt de buitenkant van uw aligners waarschijnlijk het beste reinigen wanneer u deze nog in uw mond hebt. Haal de aligners vervolgens uit uw mond om deze aan de binnenkant te reinigen.

Opmerking: Spoel elke aligner zorgvuldig met water na elke reiniging. We bevelen tevens aan om eenmaal per week of waar nodig Invisalign aligner reinigingsproducten te gebruiken.

2. Gebruik GEEN reinigingsproducten voor kunstgebitten om aligners te reinigen.

Week ze NIET in mondwater. Deze producten kunnen het oppervlak van de aligner beschadigen, met als gevolg dat deze dof en zichtbaarder wordt.



Juiste mondhygiëne

1. Verwijder uw aligners voor het eten en drinken. (U hoeft uw aligners niet te verwijderen voor het drinken van koud water.)
2. Zorg ervoor dat u telkens na een maaltijd of tussendoortje uw tanden poetst en flost voordat u uw aligners weer inbrengt. Als u niet de beschikking hebt over een reinigingssysteem of een tandenborstel, kunt u eenvoudig uw mond spoelen en vervolgens uw aligners reinigen door ze onder warm stromend water te houden. Dit is niet de beste manier, maar het werkt als het echt niet anders kan. Reinig de aligners vervolgens grondig bij de eerste gelegenheid die zich voordoet.
3. Neem contact op met uw tandheeskundige wanneer u vragen hebt met betrekking tot hygiënetechnieken.
4. Regelmatige tandheeskundige controles en reiniging worden aanbevolen voor een duurzame gezondheid van uw gebit en tandvlees.

Uw Invisalign aligners bewaren

Bij uw startpakket zijn twee bewaar dozen voor aligners inbegrepen: een blauwe en een rode (of oranje) doos. Wanneer u uw Invisalign aligners niet draagt, raden we u aan deze in de doos te bewaren. Zo voorkomt u verlies of beschadiging van de aligners.

Gebruik de blauwe bewaar doos voor uw "huidige behandelstadium".

Bewaar de aligners die u momenteel gebruikt (voor bijvoorbeeld het eerste stadium) in deze doos.

Zodra u naar het volgende (bijvoorbeeld het tweede) behandelstadium gaat, bewaart u de eerder gebruikte aligners (van bijvoorbeeld het eerste stadium) vervolgens in de rode (of oranje) doos. Bewaar de meest recent gebruikte aligners altijd in deze doos. Bij verlies of beschadiging van uw huidige aligner, kan uw tandheeskundige u mogelijk aanraden de aligners van het vorige stadium uit de rode (of oranje) doos te dragen, totdat de vervangende aligner klaar is.

Opmerking: Bewaar oude aligners in een schoon plastic zakje of volgens de instructies van uw tandheeskundige. Houd ze buiten het bereik van kleine kinderen en huisdieren.

Antwoord op veelgestelde vragen.

V: Is de behandeling pijnlijk?

A: De meeste mensen hebben de eerste dagen na het begin van een nieuw behandelstadium wat last van irritatie aan het gebit. Dat is normaal. Het is een teken dat de Invisalign aligners werken en bezig zijn uw tanden naar hun eindpositie te verplaatsen. De pijnlijke gewaarwording wordt geleidelijk minder en zal enkele dagen nadat u een nieuwe set aligners in gebruik hebt genomen, verdwenen zijn. Als dat niet het geval is, neem dan direct contact op met uw tandheeskundige.

V: Krijg ik last met praten wanneer ik Invisalign aligners draag?

A: Net als bij andere orthodontische behandelingen kunnen ook aligners tijdelijk enige hinder geven bij het praten waardoor u de eerste paar dagen mogelijk wat slist. Na enige tijd raakt uw tong echter gewend aan de aligners in uw mond en verdwijnt het slissen of de lichte hinder bij het spreken.

V: Wat moet ik doen wanneer mijn nieuwe Invisalign aligner niet goed aansluit op mijn tanden?

A: Kleine afwijkingen tussen de nieuwe aligner en de huidige positie van de tanden zijn normaal. Het kost namelijk enige tijd voordat de tanden zich aan de positie van de nieuwe aligner hebben aangepast. Neem contact op met uw tandheeskundige wanneer passing van de aligner voor grote problemen zorgt.

V: Mag ik alles eten of zijn er restricties?

A: Over het algemeen zijn er geen restricties. Omdat u uw aligners voor elke maaltijd uitneemt, kunt u in tegenstelling tot traditionele orthodontische behandelingen doorgaans alles eten en drinken wat u wilt. Tenzij uw tandheeskundige anders heeft bepaald, zijn er dus geen restricties met betrekking tot uw favoriete voedingsmiddelen en tussendoortjes.

V: Mag ik koude of warme dranken nuttigen als ik Invisalign aligners draag?

A: Wanneer u aligners draagt, kunt u alleen koud water drinken. Alle overige dranken raden we af. Zo voorkomt u dat er holtes of vlekken ontstaan of dat de aligners vervormd raken door hete dranken.

V: Mag ik kauwgom eten wanneer ik Invisalign aligners draag?

A: NEE. Kauwgom blijft aan de aligners plakken. We raden u aan de aligners te verwijderen bij het eten van versnaperingen of vlees.

V: Krijg ik vlekken op mijn aligner door het roken van sigaretten of kauwen van pruimtabak?

A: We raden het gebruik van tabak tijdens het dragen van de aligners af, omdat deze hierdoor mogelijk verkleuren.

V: Waarom hebben sommige aligners bobbels of ribbels?

A: Afhankelijk van uw specifieke behandeling, zijn voor sommige verplaatsingen "attachments" of "ridges" nodig zodat de aligner meer houvast heeft op de tanden. Deze bobbel of putjes zitten op de plaats waar de aligner zich vastgrijpt aan het attachment dat de tandheeskundige op uw tanden heeft aangebracht. Attachments zijn eigenlijk deeltjes composiet die de tandheeskundige op uw tanden vasthecht en waaraan de bobbel van uw aligner zich vervolgens kunnen vastgrijpen. Ridges zijn smalle inkepingen op uw aligners. Om de gewenste verplaatsing te bewerkstelligen, kan de tandheeskundige deze voorzieningen afzonderlijk of in gecombineerde vorm gebruiken.

V: Wat moet ik doen wanneer ik een Invisalign aligner kwijt ben of beschadigd heb?

A: Bij verlies of beschadiging van een aligner moet u direct contact opnemen met uw tandheeskundige. De tandheeskundige zal u dan waarschijnlijk adviseren om met onmiddellijke ingang uw vorige of volgende set aligners te gaan gebruiken. Hij of zij zal dan een nieuwe set aligners voor u bestellen ter vervanging van de verloren set. De nieuwe set hebt u dan waarschijnlijk binnen enkele dagen in huis.

V: Wat moet ik doen wanneer ik een attachment kwijt ben of beschadigd heb?

A: Bij verlies of beschadiging van een attachment moet u direct contact opnemen met uw tandheeskundige.

Opmerking: Neem contact op met uw tandheeskundige wanneer u na het lezen van deze brochure nog vragen hebt.

Waarschuwing: In zeldzame gevallen kunnen bepaalde patiënten allergisch zijn voor het kunststof materiaal waarvan de aligners vervaardigd zijn. Staak in dat geval onmiddellijk het gebruik en raadpleeg een arts. Ook Align Technology dient te worden ingelicht. Orthodontische hulpmiddelen, of onderdelen daarvan, kunnen per ongeluk worden ingeslikt of ingeademd en kunnen schadelijk zijn.

Suomi (Finnish)

Invisalign-oikomiskiskojen käyttäminen.

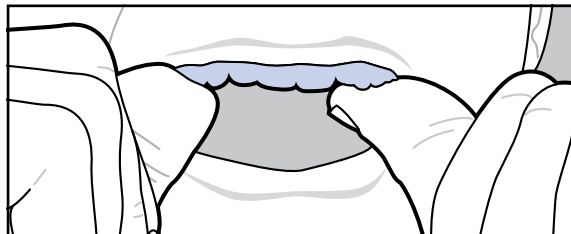
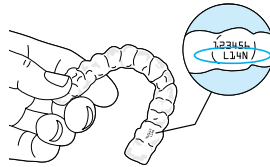
Seuraavien vinkkien avulla voit varmistaa, että käytät oikomiskiskoja oikein ja vältät niiden vaurioitumisen.

Muista aina

1. Käyttää oikomiskiskoja hammaslääkärisi määräyksen mukaisesti, yleensä 20-22 tuntia vuorokaudessa.
2. Pestä kätesi huolellisesti vedellä ja saippualla, ennen kuin käsittelet oikomiskiskoja.
3. Käsitellä vain YHTÄ oikomiskiskoa kerrallaan.
4. Huuhdella oikomiskiskot, kun otat ne pakkauksesta.

Oikomiskiskojen asentaminen

1. Varmista, että asennat oikeat oikomiskiskot – yläkiskot ylähampaisiin ja alakiskot alahampaisiin.
2. Selvyyden vuoksi kaikkiin oikomiskiskoihin on kaiverrettu yksilöivä hoitonoero, merkintä "U" ylähampaista varten tai "L" alahampaista varten sekä hoitovaiheen numero.
3. Voit asentaa ensin joko ylä- tai alakiskon. Aloita oikomiskiskon asentaminen painamalla se kevyesti etuhampaiden päälle. Paina sitten sormenpäilläsi tasaisesti vasemmalta ja oikealta puolelta poskihampaiden (takahampaiden) kohdalta, kunnes kisko napsahtaa paikalleen.

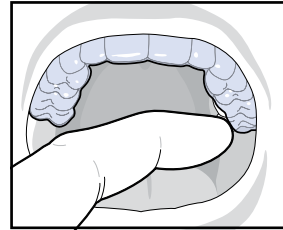


4. Kiskoja EI SAA purra paikoilleen.

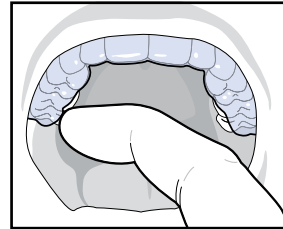
Tämä voi vaurioittaa niitä.

Huomaa: Jos tunnet pistävää kipua tai oikomiskiskot ovat hyvin epä mukavat, keskeytä niiden käyttö ja ota yhteys hammaslääkäriin.

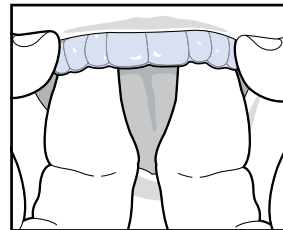
Oikomiskiskojen poistaminen



1. Vedä kisko sormenpäälläsi toisen puolen poskihampaan sisäpuolelta hitaasti irti poskihampaista.



2. Toista vaihe suun toisella puolella, ennen kuin yrität poistaa kiskoa kokonaan.



3. Kun kisko on irti kummankin puolen poskihampaista, sinun pitäisi pystyä vääntämään kisko kevyesti irti hampaista sormenpäilläsi, hitaasti edeten.

Huomaa:

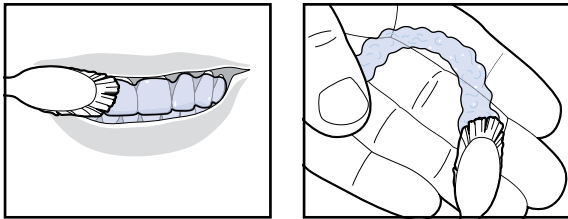
- Huuhtelee oikomiskisko välittömästi vedellä, ravista ylimääräinen vesi pois ja aseta kiskot aloituspaketin mukana toimitettuun suojakoteloon.
- Vältä oikomiskiskojen turhaa poistamista, jotta ne eivät vaurioitu.
- Poista oikomiskiskot varoen, etenkin jos niissä on useita kiinnikkeitä.
- Älä taivuta tai kierrä oikomiskiskoja voimakkaasti niiden poistamiseksi.
- ÄLÄ käytä teräviä esineitä oikomiskiskojen poistamiseen.
- Jos oikomiskiskojen poistaminen on hyvin vaikeaa, ota yhteys hammaslääkäriin.

Invisalign-kiskojen päivittäinen hoito ja ylläpito.

1. Puhdista oikomiskiskot aina ennen asentamista. Käytä pehmeää hammasharjaa, vettä ja pientä määrää hammastahnaa. Oikomiskiskojen ulkopinnat voi olla helpointa puhdistaa harjaamalla kiskojen ollessa vielä suussa. Poista kiskot tämän jälkeen ja puhdista sisäpinnat.

Huomaa: Muista huuhdella jokainen kisko perusteellisesti vedellä puhdistuksen jälkeen. Suosittelemme myös Invisalign-kiskojen puhdistustuotteiden käyttöä kerran viikossa tai tarpeen mukaan.

2. Kiskojen puhdistamiseen EI SAA käyttää proteesien puhdistusaineita. Kiskoja EI SAA liottaa suuvedessä. Nämä tuotteet voivat vaurioittaa kiskojen pintaa ja tehdä siitä himmeämmän ja näkyvämmän.



Kunnollinen suuhygienia

1. Poista kiskot syömisen ja juomisen ajaksi. (Kiskoja ei tarvitse poistaa kylmän veden juomisen ajaksi.)
2. Harjaa hampaat ja puhdista hammasvälit hammaslangalla jokaisen aterian tai välipalan jälkeen, ennen kiskojen asentamista paikoilleen. Jos käytettävissä ei ole puhdistusjärjestelmää tai hammasharjaa, voit yksinkertaisesti huuhdella suun ja puhdistaa kiskot pitämällä niitä lämpimän juoksevan veden alla. Tämä ei ole paras puhdistusmenetelmä, mutta se toimii, jos muuta vaihtoehtoa ei ole. Muista puhdistaa kiskot perusteellisesti mahdollisimman pian.
3. Jos sinulla on kysyttävää hygieniamenetelmistä, käänny hammaslääkäriin puoleen.
4. Säännölliset hammastarkastukset ja puhdistukset ovat suositeltavia hampaiden ja ikenien terveyden ylläpitämiseksi.

Invisalign-oikomiskiskojen säilyttäminen

Aloituspakettiin kuuluu kaksi oikomiskiskokoteloja, sininen ja punainen (tai oranssi) kotelo. Suosittelemme, että säilytät Invisalign-kiskoja kotelossa, kun ne eivät ole suussasi. Tämä auttaa pitämään kiskot tallessa ja suojaamaan niitä vaurioilta.

Käytä sinistä oikomiskiskokoteloja "nykyisessä" hoitovaiheessasi. Säilytä tällä hetkellä (esim. vaiheessa 1) käyttämiäsi kiskoja tässä kotelossa.

Kun on aika siirtyä seuraavaan vaiheeseen (esim. vaiheeseen 2), siirrä edelliset (esim. vaiheen 1) kiskot punaiseen (tai oranssiin) koteloon. Pidä viimeksi käyttämäsi kiskot aina tässä kotelossa. Jos nykyiset oikomiskiskosi katoavat tai rikkoutuvat, hammaslääkärisi voi suositella palaamista tilapäisesti edelliseen vaiheeseen ja punaisessa (tai oranssissa) kotelossa olevien kiskojen käyttämistä, kunnes saat tilalle uudet kiskot.

Huomaa: Säilytä kaikkia vanhempia oikomiskiskojasi puhtaassa muovipussissa tai noudata hammaslääkäriin antamia ohjeita. Pidä kiskot pienten lasten ja lemmikkieläinten ulottumattomissa.

Usein kysytyt kysymykset ja niiden vastaukset.

K: Sattuuko hoito?

V: Useimmilla käyttäjillä hampaat aristavat hieman joitakin päiviä uuden vaiheen aloittamisen jälkeen. Tämä on normaalia. Se on merkki siitä, että Invisalign-kiskot toimivat ja siirtävät hampaitasi kohti lopullista asentoa. Aristuksen pitäisi hävitä vähitellen parin päivän kuluttua siitä, kun olet ottanut käyttöön uuden kiskon sarjassa. Jos näin ei tapahdu, ota nopeasti yhteys hammaslääkäriin.

K: Vaikuttaako Invisalign-kiskojen käyttäminen puheeseen?

V: Kuten kaikki oikomishoidot, myös oikomiskiskot voivat vaikuttaa tilapäisesti puheeseen ja aiheuttaa lievän s-vian päivän tai parin ajaksi. Kun kieli tottuu suussa oleviin oikomiskiskoihin, niiden mahdollisesti aiheuttaman s-vian tai lievän puhevian pitäisi hävitä.

K: Mitä jos uusi Invisalign-kisko ei napsahda kiinni hampaisiin?

V: Pienet eroavaisuudet uuden oikomiskiskon ja hampaiden senhetkisen asennon välillä kuuluvat asiaan, sillä kestää hetken, ennen kuin hampaat mukautuvat uuden kiskon asentoon. Jos kiskon asentaminen on vaikeaa, kerro siitä hammaslääkärillesi.

K: Rajoittavatko kiskot syömistä?

V: Yleisesti ottaen eivät. Toisin kuin perinteisissä oikomishoidoissa, voit yleensä syödä ja juoda kaikkea, mitä haluat, sillä oikomiskiskot poistetaan aterioinnin ajaksi. Niinpä ei ole tarpeen rajoittaa suosikkiruokiasi ja -juomiesi nauttimista, ellei lääkärisi anna muita ohjeita.

K: Voinko juoda kuumia tai kylmiä juomia Invisalign-kiskojen ollessa paikoillaan?

V: Kylmää vettä lukuun ottamatta ei ole suositeltavaa juoda mitään kiskojen ollessa paikoillaan. Näin vältät kolojen ja värjäymien muodostumisen tai kuumien juomien aiheuttaman kiskojen vääristymisen.

K: Voinko purra purukumia Invisalign-kiskojen ollessa paikoillaan?

V: Et voi. Purukumi tarttuu oikomiskiskoihin. Kiskot on suositeltavaa poistaa aina ennen välipalaa tai ateriala.

K: Aiheuttaako tupakointi tai nuuskan käyttäminen värjäymiä oikomiskiskoihin?

V: Tupakan käyttäminen ei ole suositeltavaa kiskojen ollessa paikoillaan, sillä tupakka voi aiheuttaa niihin värjäymiä.

K: Miksi joissakin oikomiskiskoissani on kohoumia tai seläniteitä?

V: Yksilöllisen hoitosi mukaan jotkin hampaiden liikkeet voivat edellyttää joko "kiinnikkeitä" tai "seläniteitä", joiden avulla oikomiskisko tarttuu paremmin hampaaseen. Näiden kohoumien tai syvänteiden avulla oikomiskisko tarttuu kiinnikkeeseen, jonka hammaslääkäri asettaa hampaisiisi. Kiinnikkeet ovat itse asiassa pieniä komposiittikappaleita, jotka hammaslääkäri kiinnittää hampaisiisi ja joihin oikomiskiskojen kohoumat sitten tarttuvat. Seläniteet ovat kiskoissa olevia ohuita syvennyksiä. Hammaslääkäri pyrkii toisen tai kummankin ominaisuuden avulla saamaan aikaan halutun liikkeen.

K: Mitä jos kadotan Invisalign-kiskon tai se rikkoutuu?

V: Jos oikomiskisko katoaa tai rikkoutuu, ota heti yhteys hammaslääkäriin. Hammaslääkäri kehottaa sinua todennäköisesti ottamaan heti käyttöön sarjan edellisen tai seuraavan oikomiskiskon. Hän tilaa sinulle luultavasti uuden oikomiskiskon kadonneen tai rikkoutuneen tilalle, ja sen pitäisi saapua muutamassa päivässä.

K: Mitä jos kadotan kiinnikkeen tai se rikkoutuu?

V: Jos kiinnike katoaa tai rikkoutuu, ota heti yhteys hammaslääkäriin.

Huomaa: Jos sinulla on kysyttävää vielä luettuasi tämän esitteen, käänny hammaslääkäriin puoleen.

Varoitus: Harvoissa tapauksissa jotkut potilaista saattavat olla allergisia oikomiskiskojen muoville. Keskeytä tällöin käyttö ja käänny välittömästi lääkärin puoleen. Ilmoita tästä myös Align Technologylle. On mahdollista, että oikomisvälineitä tai niiden osia niellään tai hengitetään sisään tahattomasti. Tämä voi olla haitallista.

Français (French)

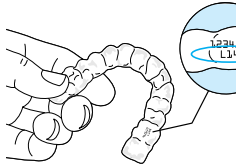
Port et utilisation des aligners Invisalign.

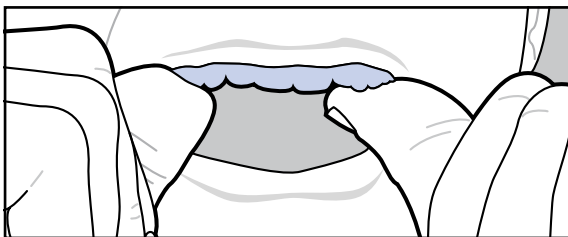
Voici quelques astuces pour une utilisation appropriée et éviter l'endommagement de vos aligners.

Prenez soin de

1. Porter vos aligners selon les instructions de votre praticien, généralement entre 20 et 22 heures par jour.
2. Toujours vous laver soigneusement les mains à l'eau et au savon avant de manipuler vos aligners.
3. Ne manipuler qu'UN seul aligner à la fois.
4. Rincer vos aligners lorsque vous les sortez de l'emballage.

Mise en place des aligners

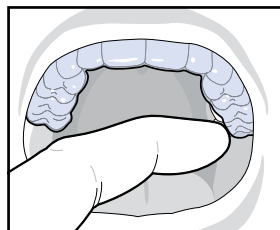
1. Assurez-vous de prendre le bon aligner - celui du haut pour les dents du haut et celui du bas pour les dents du bas.
2. Pour éviter toute confusion, chaque aligner est marqué avec votre numéro de cas unique, ainsi qu'un numéro d'étape précédé d'un "U" pour les aligners du haut, ou d'un "L" pour les aligners du bas.

3. Vous pouvez mettre en place soit l'aligner du haut, soit l'aligner du bas en premier. Lors de la mise en place de chaque aligner, poussez légèrement l'aligner sur vos dents antérieures (du devant). Puis appliquez une pression égale en vous servant de vos pouces sur les zones molaires (à l'arrière) à droite et à gauche jusqu'à ce que les aligners soient bien en place.



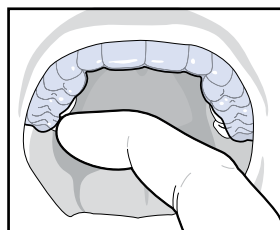
4. NE PAS MORDRE pour enclencher les aligners - Cela risque de les endommager.

Note : si vous sentez une douleur soudaine ou si vous éprouvez un inconfort important, veuillez arrêter le port des aligners et contactez votre praticien.

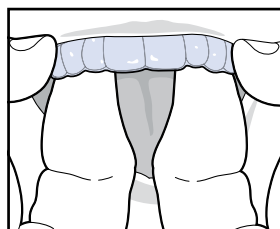
Enlever les aligners



1. Sur un côté de la bouche, placez votre doigt à l'intérieur de la dernière molaire afin de retirer lentement les aligners de vos molaires.



2. Répétez l'action de l'autre côté de la bouche avant d'essayer de retirer complètement les aligners.



3. Après avoir désinséré les aligners des molaires des deux côtés de la bouche, vous devriez pouvoir détacher lentement et doucement les aligners de vos dents avec vos doigts.

Note :

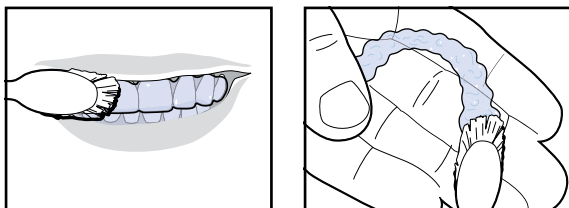
- Rincez immédiatement vos aligners avec de l'eau, secouez-les afin d'enlever tout excès d'eau et rangez-les dans la boîte de protection prévue à cet effet.
- Afin d'éviter tout endommagement, évitez d'ôter vos aligners inutilement.
- Enlevez vos aligners avec soin, en particulier si vous portez de nombreux taquets.
- N'utilisez pas de force excessive pour tordre un aligner pour l'enlever.
- NE PAS utiliser d'objet pointu pour enlever vos aligners.
- Veuillez consulter votre praticien si vos aligners sont difficiles à enlever.

Entretien quotidien de vos aligners Invisalign.

1. Nettoyez vos aligners avant de les mettre en bouche.
Utilisez à cet effet votre brosse à dent avec de l'eau et éventuellement un peu de dentifrice. Il peut être plus facile de nettoyer l'extérieur des aligners en les brossant pendant que vous les portez, puis de les enlever pour nettoyer les surfaces intérieures.

Note : Rincez soigneusement chaque aligner sous l'eau après chaque nettoyage. Nous vous recommandons également d'utiliser le système de nettoyage pour vos aligners Invisalign une fois par semaine, ou selon vos besoins.

2. NE PAS utiliser de produits pour prothèses dentaires ou de bain de bouche pour nettoyer vos aligners. Ces produits peuvent endommager la surface des aligners, altérant leur teinte et les rendant ainsi visibles.



Une bonne hygiène buccale

1. Toujours enlever vos aligners avant de manger ou boire.
(Vous n'avez pas besoin de retirer vos aligners pour boire de l'eau fraîche.)
2. Brossez vos dents et passez un fil dentaire après chaque repas ou en-cas avant de remettre vos aligners. Si vous ne pouvez pas utiliser votre système de nettoyage ou votre brosse à dents, vous pouvez simplement vous rincer la bouche, et nettoyer vos aligners à l'eau tiède du robinet. Ce n'est pas la meilleure manière de les nettoyer, mais cela fonctionne en cas de dépannage. Prenez soin ensuite de nettoyer correctement vos aligners dès que vous pouvez.
3. Si vous avez des questions concernant votre hygiène buccale, veuillez consulter votre praticien.
4. Des contrôles dentaires et un nettoyage réguliers sont recommandés pour préserver la santé de vos dents et de vos gencives.

Ranger vos aligners Invisalign

Deux boîtes vous seront remises au début de votre traitement, une bleue et une rouge (ou orange). Nous vous recommandons de ranger vos aligners dans une de ces boîtes lorsque vous ne les portez pas, afin de les protéger et de ne pas les perdre.

La boîte bleue est prévue pour votre étape actuelle. Rangez dans cette boîte les aligners que vous utilisez actuellement (ex : étape n° 1).

Lorsqu'il est temps de passer à l'étape suivante (ex : étape n° 2), rangez vos aligners précédents dans la boîte rouge. Toujours garder les aligners utilisés récemment dans cette boîte. Si vous perdez ou cassez vos aligners actuels, votre praticien peut vous conseiller de revenir à l'étape précédente et ainsi d'utiliser les aligners qui étaient dans la boîte rouge pendant que des aligners de remplacement sont fabriqués.

Note : Gardez les aligners précédents dans un sac en plastique propre ou suivez les conseils de votre praticien. Ne pas laisser les aligners à la portée des enfants ou des animaux domestiques.

Questions – réponses.

Q : Le traitement sera-t-il douloureux ?

R : La plupart des patients ressentent une douleur dentaire pendant quelques jours au début de chaque étape. Ceci est normal. C'est le signe que les mouvements dentaires avec les aligners Invisalign s'opèrent bien. Cette douleur devrait disparaître progressivement quelques jours après la mise en place du nouvel aligner. Si ce n'est pas le cas, veuillez contacter votre praticien.

Q : Le port des aligners aura-t-il un effet sur mon élocution ?

R : Comme tout appareil orthodontique, les aligners peuvent temporairement affecter votre élocution. Cependant, au fur et à mesure que votre langue s'habitue au port des aligners, tout défaut d'élocution disparaîtra.

Q : Que faire si mon nouvel aligner ne s'adapte pas ?

R : Un léger décalage entre le nouvel aligner et la position actuelle de vos dents est normal car vos dents ont besoin de temps pour se déplacer jusqu'à la position voulue par le nouvel aligner. Si vous éprouvez de grandes difficultés pour la mise en place du nouvel aligner, veuillez informer votre praticien.

Q : Existe-t-il des restrictions alimentaires ?

R : En général, non. Contrairement aux appareils orthodontiques traditionnels, vous pouvez manger et boire ce que vous voulez car vous enlevez les aligners. De ce fait, il n'y a pas de restrictions sauf contre-indication de votre praticien.

Q : Est-il possible de consommer des boissons chaudes ou froides lorsqu'on porte les aligners ?

R : Excepté pour l'eau fraîche, nous vous recommandons de ne pas boire lorsque vous portez les aligners, afin d'éviter la formation de caries, de taches ainsi que la déformation des aligners par les boissons trop chaudes.

Q : Peut-on mâcher du chewing-gum en portant les aligners ?

R : NON. Le chewing-gum collerait aux aligners. Nous vous recommandons d'enlever vos aligners pour chaque repas ou en-cas.

Q : Est-ce que fumer peut tacher les aligners ?

R : Nous vous déconseillons de fumer lorsque vous portez les aligners car cela peut entraîner une coloration.

Q : Pourquoi certains aligners ont-ils des encoches ou des stries ?

R : En fonction de votre traitement, certains mouvements peuvent nécessiter des "taquets" ou "stries" pour aider l'aligner à adhérer aux dents. Ces encoches ou ces creux s'enclenchent sur les taquets que le praticien place sur vos dents. Les taquets sont en général des petites formes en céramique que votre praticien fixe sur vos dents et dans lesquelles s'enclenchent les encoches de vos aligners. Les stries sont des petites découpes dans vos aligners. Votre praticien utilisera l'un de ces dispositifs, ou les deux, pour essayer d'obtenir les mouvements souhaités.

Q : Que se passe-t-il lorsqu'un aligner est cassé ou perdu ?

R : Dans le cas où un aligner serait perdu ou cassé, veuillez immédiatement en informer votre praticien. Ce dernier vous dira probablement de remettre immédiatement les aligners précédents, ou de passer aux aligners suivants. Votre praticien commandera probablement de nouveaux aligners pour remplacer ceux que vous avez perdus. Ils sont généralement livrés en quelques jours.

Q : Que se passe-t-il si un taquet se décolle ?

R : Dans le cas où un taquet se détacherait, veuillez immédiatement en informer votre praticien.

Remarque : si vous avez encore des questions après avoir lu ce document, nous vous invitons à consulter votre praticien.

Avertissement : Dans de rares cas, certains patients peuvent être allergiques à la matière plastique des aligners. Si tel est le cas, arrêtez l'utilisation de vos aligners et consultez immédiatement votre praticien. Veuillez également le signaler à Align Technology. De plus des appareils orthodontiques, ou des pièces de ces appareils, peuvent être avalés ou aspirés accidentellement et peuvent être nocifs.

Deutsch (German)

Tragen und Pflegen Ihrer Invisalign- Aligner.

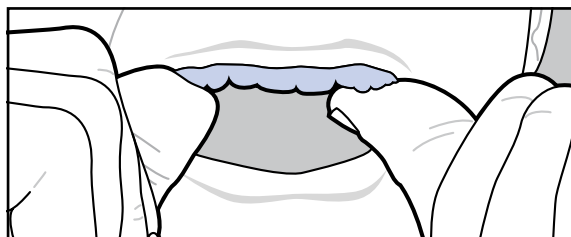
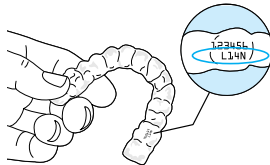
Hier finden Sie einige Ratschläge, wie Sie mit den Alignern umgehen sollten und wie Sie eine Beschädigung der Aligner vermeiden können.

Nicht vergessen

1. Tragen Sie die Aligner wie von Ihrem Arzt angegeben, für gewöhnlich 20-22 Stunden pro Tag.
2. Waschen Sie die Hände gründlich mit Seife und Wasser, bevor Sie die Aligner einsetzen.
3. Setzen Sie immer nur EINEN Aligner auf einmal ein.
4. Spülen Sie die Aligner mit Wasser ab, wenn Sie sie aus der Verpackung nehmen.

Einsetzen der Aligner

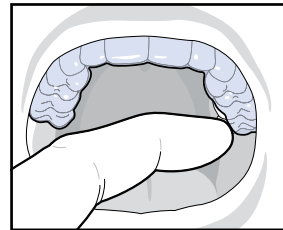
1. Vergewissern Sie sich, dass Sie den richtigen Aligner verwenden – den oberen für die oberen Zähne und den unteren für die unteren Zähne.
2. Um Missverständnisse zu vermeiden, ist auf jedem Aligner Ihre Behandlungsnummer und ein „U“ für Oberkiefer (Englisch: Upper arch) und ein „L“ für Unterkiefer (Englisch: Lower arch), gefolgt von der Stufennummer, eingestanzt.
3. Sie können entweder den oberen oder den unteren Aligner zuerst einsetzen. Drücken Sie die Aligner vorsichtig über die Frontzähne, um die Aligner einzusetzen. Üben Sie dann mit den Fingerspitzen gleichmäßigen Druck auf die Oberseite der linken und rechten Molaren (Backenzähne) aus, bis der Aligner fest sitzt.



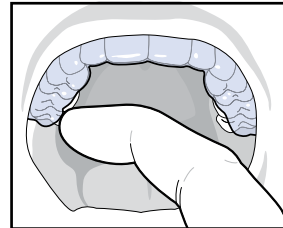
4. Beißen Sie bitte NICHT die Zähne zusammen, um die Aligner in die gewünschte Position zu bringen. Dadurch könnten sie beschädigt werden.

Hinweis: Wenn die Aligner stechende Schmerzen hervorrufen oder starken Druck ausüben, verwenden Sie die Aligner nicht weiter und wenden Sie sich an Ihren Arzt.

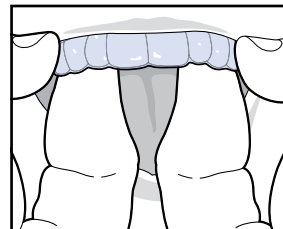
Herausnehmen der Aligner



1. Legen Sie auf einer Seite des Mundes Ihre Fingerspitze an die Innenseite des hinteren Molars, um den Aligner langsam von den Molaren zu lösen.



2. Wiederholen Sie diesen Vorgang auf der anderen Seite des Mundes, bevor Sie den Aligner vollständig herausnehmen.



3. Sobald Sie den Aligner auf beiden Seiten von den Molaren abgenommen haben, führen Sie Ihre Fingerspitzen langsam nach vorne und ziehen Sie den Aligner dabei vorsichtig schrittweise von Ihren Zähnen ab.

Hinweis:

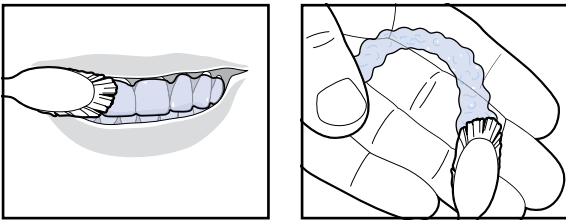
- Spülen Sie die Aligner umgehend mit Wasser ab, lassen Sie überschüssiges Wasser abtropfen und bewahren Sie die Aligner in dem im Starter-Kit enthaltenen Schutzbehälter auf.
- Um eine Beschädigung zu vermeiden, sollten Sie die Aligner nur herausnehmen, wenn dies wirklich erforderlich ist.
- Gehen Sie beim Herausnehmen der Aligner sehr vorsichtig vor, insbesondere, wenn mehrere Attachments verwendet werden.
- Achten Sie beim Abziehen der Aligner darauf, dass Sie keine übermäßige Kraft anwenden und sie dadurch verbogen oder verdreht werden.
- Verwenden Sie zum Herausnehmen der Aligner KEINE scharfkantigen Gegenstände.
- Wenn das Herausnehmen der Aligner Schwierigkeiten bereitet, wenden Sie sich an Ihren Arzt.

Tägliche Pflege der Invisalign-Aligner.

1. Reinigen Sie die Aligner vor jedem Einsetzen. Verwenden Sie dazu eine weiche Zahnbürste, Wasser und etwas Zahnpasta. Reinigen Sie die Außenseite der Aligner am besten mithilfe der Zahnbürste, wenn Sie sie noch tragen. Nehmen Sie die Aligner anschließend heraus, um die Innenflächen zu säubern.

Hinweis: Spülen Sie die Aligner nach der Reinigung gründlich mit Wasser ab. Wir empfehlen außerdem, einmal pro Woche oder nach Bedarf die Invisalign Aligner-Reinigungsprodukte anzuwenden.

2. Verwenden Sie für die Reinigung der Aligner KEINE Gebissreiniger. Tauchen Sie sie NICHT in Mundwasser ein. Diese Produkte können die Oberfläche der Aligner beschädigen und sie matt werden lassen, wodurch sie sichtbar werden.



Richtige Mundhygiene

1. Nehmen Sie die Aligner vor dem Essen und Trinken heraus. (Wenn Sie nur kaltes Wasser trinken, müssen die Aligner nicht herausgenommen werden.)
2. Nach jeder Mahlzeit oder Zwischenmahlzeit sollten Sie die Zähne putzen und mit Zahnseide pflegen, bevor Sie die Aligner wieder einsetzen. Wenn Sie Ihr Reinigungssystem oder eine Zahnbürste gerade nicht zur Hand haben, spülen Sie den Mund aus. Reinigen Sie dann die Aligner, indem Sie sie unter fließendes warmes Wasser halten. Diese Reinigungsmethode ist zwar nicht optimal, aber immerhin eine Notlösung. Sie sollten aber unbedingt bei der nächsten Möglichkeit die Aligner gründlich reinigen.
3. Sollten Sie Fragen zu den Hygienetechniken haben, wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt.
4. Regelmäßige zahnärztliche Untersuchungen und eine professionelle Zahnreinigung werden empfohlen, um Zähne und Zahnfleisch gesund zu halten.

Aufbewahren der Invisalign-Aligner

Im Starter-Kit sind zwei Aligner-Behälter enthalten, ein blauer und ein roter (bzw. orangefarbener). Wenn Sie die Invisalign-Aligner gerade nicht tragen, sollten Sie sie in einem Behälter aufbewahren. So können sie nicht so leicht verloren gehen oder beschädigt werden.

Der blaue Aligner-Behälter ist für die aktuelle Behandlungsstufe gedacht. Bewahren Sie die derzeit verwendeten Aligner (z. B. Stufe 1) in diesem Behälter auf.

Wenn es Zeit wird, zur nächsten Stufe zu wechseln (z. B. Stufe 2), legen Sie die vorherigen Aligner (z. B. Stufe 1) in den roten (bzw. orangefarbenen) Behälter. Bewahren Sie immer die zuletzt verwendeten Aligner in diesem Behälter auf. Sollte der aktuelle Aligner einmal verlorengehen oder beschädigt werden, wird Ihnen Ihr Arzt möglicherweise raten, vorübergehend, bis ein Ersatz-Aligner angefertigt wurde, die Aligner der letzten Stufe aus dem roten (bzw. orangefarbenen) Behälter zu tragen.

Hinweis: Bewahren Sie alle älteren Aligner in einer sauberen Plastiktüte auf oder befolgen Sie die Anweisungen Ihres Arztes. Halten Sie sie von Kindern und Haustieren fern.

Häufig gestellte Fragen und deren Antworten.

F: Ist die Behandlung schmerzhaft?

A: Bei den meisten Patienten treten jeweils nach der Umstellung auf eine neue Stufe ein paar Tage lang Zahnirritationen auf. Dies ist ganz normal und ist ein Zeichen dafür, dass die Invisalign-Aligner ihren Dienst tun und Ihre Zähne in die gewünschte Position verschieben. Ein paar Tage nach dem Einsetzen der jeweils neuen Aligner aus der Reihe sollten diese Irritationen allmählich nachlassen. Falls nicht, wenden Sie sich umgehend an Ihren Arzt.

F: Leidet meine Aussprache, wenn ich die Invisalign-Aligner trage?

A: Wie alle kieferorthopädischen Behandlungen können die Aligner die Aussprache etwas beeinträchtigen, und an den ersten ein oder zwei Tagen kann ein leichtes Lispeln auftreten. Sobald sich Ihre Zunge jedoch an die Aligner in Ihrem Mund gewöhnt hat, sollten das Lispeln oder sonstige kleinere, durch Aligner verursachte Sprachfehler wieder verschwinden.

F: Was muss ich tun, wenn sich der neue Invisalign-Aligner nicht auf meine Zähne setzen lässt?

A: Kleinere Abweichungen zwischen dem neuen Aligner und der aktuellen Zahnposition sind normal, da die Zähne Zeit brauchen, um sich an die neue Aligner-Position anzupassen. Sollten Sie jedoch ernsthafte Schwierigkeiten mit der Passform der Aligner haben, informieren Sie Ihren Arzt.

F: Kann ich alles ohne Einschränkung essen?

A: Normalerweise ja. Im Gegensatz zu herkömmlichen kieferorthopädischen Maßnahmen können Sie in der Regel alles essen und trinken, was Sie gerne möchten, da Sie die Aligner beim Essen herausnehmen. Aus diesem Grund müssen Sie nicht auf Ihre Lieblingsspeisen oder Snacks verzichten, sofern Sie keine anderweitigen Anweisungen von Ihrem Arzt erhalten haben.

F: Darf ich heiße oder kalte Getränke zu mir nehmen, während ich die Invisalign-Aligner trage?

A: Außer kaltem Wasser sollten Sie nichts trinken, während Sie die Aligner tragen. Sie verhindern so Kariesbildung und die Entstehung von Flecken. Außerdem können sich die Aligner durch heiße Flüssigkeiten verformen.

F: Kann ich Kaugummi kauen, während ich die Invisalign-Aligner trage?

A: NEIN. Der Kaugummi bleibt an den Alignern kleben. Sie sollten die Aligner immer herausnehmen, bevor Sie Zwischenmahlzeiten und Mahlzeiten zu sich nehmen.

F: Verursacht Rauchen oder Kauen von Tabak Flecken an den Alignern?

A: Wir raten von Tabakgenuss während des Tragens von Alignern ab, da diese verfärbt werden könnten.

F: Warum weisen einige Aligner Höcker oder Furchen auf?

A: Je nach Behandlungsform sind für die Bewegung der Zähne „Attachments“ oder „Ridges“ erforderlich, damit die Aligner besseren Griff an den Zähnen haben. Diese Höcker oder Vertiefungen sind die Stellen, an denen Aligner in die Attachments, die der Arzt auf Ihre Zähne setzt, einrasten. Bei den Attachments handelt es sich um kleine Kompositteile, die der Arzt an Ihren Zähnen befestigt und die in den Höckern an Ihren Alignern einrasten. Die Ridges sind kleine Einkerbungen in den Alignern. Diese Funktionen sollen einzeln oder kombiniert dazu beitragen, die gewünschte Bewegung zu erzielen.

F: Was ist zu tun, wenn ich einen Invisalign-Aligner verliere oder er beschädigt wird?

A: In diesem Fall sollten Sie umgehend Ihren Arzt informieren. Er wird Ihnen vermutlich raten, sofort das vorherige oder nächste Aligner-Set zu tragen. Vermutlich wird er als Ersatz ein neues Aligner-Set bestellen, welches dann einige Tage später eintreffen wird.

F: Was ist zu tun, wenn ich ein Attachment verliere oder es beschädigt wird?

A: In diesem Fall sollten Sie umgehend Ihren Arzt informieren.

Hinweis: Sollten Sie auch nach dem Lesen dieser Broschüre noch Fragen haben, wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt.

Warnung: In seltenen Fällen können bei einigen Patienten allergische Reaktionen auf das Aligner-Kunststoffmaterial auftreten. In diesen Fällen ist die Verwendung sofort abzubrechen und medizinischer Rat einzuholen. Ferner muss Align Technology hierüber informiert werden. Kieferorthopädische Apparaturen oder Teile davon können aus Versehen verschluckt oder eingatmet werden und schädlich sein.

Ελληνικά (Greek)

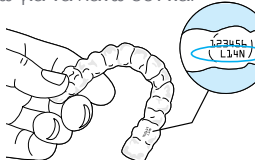
τόποθετηση Και χρήση των νάρθηκων Invisalign.

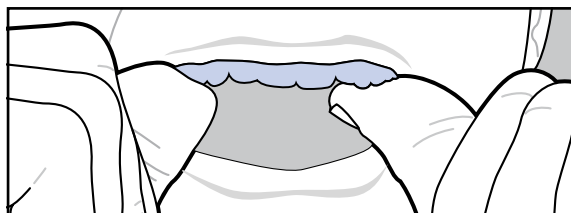
Εδώ σας παρέχουμε μερικές συμβουλές που θα σας βοηθήσουν να διασφαλίσετε τη σωστή χρήση και να αποφύγετε την πρόκληση ζημιάς στους νάρθηκές σας.

Να θυμάστε πάντα τα παρακάτω

1. Να φοράτε τους νάρθηκές σας σύμφωνα με τις οδηγίες του ιατρού σας, συνήθως 20-22 ώρες την ημέρα.
2. Να πλένετε τα χέρια σας σχολαστικά με σαπούνι και νερό, προτού χειριστείτε τους νάρθηκές σας.
3. Να χειρίζεστε μόνον **ΕΝΑΝ** νάρθηκα κάθε φορά.
4. Να ξεπλένετε τους νάρθηκές σας όταν τους αφαιρείτε από τη συσκευασία.

Τοποθέτηση νάρθηκα

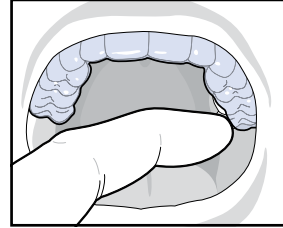
1. Βεβαιωθείτε ότι έχετε τον κατάλληλο νάρθηκα: τον επάνω για τα επάνω δόντια και τον κάτω για τα κάτω δόντια.
2. Για να αποφύγετε τα λάθη, επάνω στον κάθε νάρθηκα υπάρχει εντυπωμένος ο μοναδικός κωδικός αριθμός της θήκης, η επισήμανση "U" για την άνω γνάθο ή "L" για την κάτω γνάθο, καθώς και ο αριθμός του σταδίου της θεραπείας.

3. Μπορείτε να τοποθετήσετε πρώτα είτε τον επάνω είτε τον κάτω νάρθηκα. Κατά την τοποθέτηση του κάθε νάρθηκα, ωθήστε προσεκτικά τους νάρθηκες επάνω από τα εμπρός δόντια σας. Στη συνέχεια, ασκήστε ομοίμορφη πίεση, με τα δάχτυλά σας, στις κορυφές των αριστερών και των δεξιών γομφίων σας (πίσω δόντια), ωστόσο ο νάρθηκας να ασφαλίσει στη θέση του.



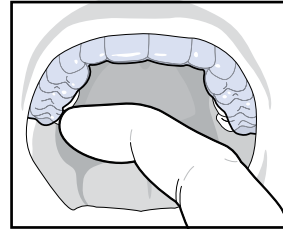
4. ΜΗ δαγκώνετε τους νάρθηκές σας για να τοποθετηθούν στη θέση τους. Έτσι μπορεί να τους προκληθεί ζημιά.

Σημείωση: Αν αισθανθείτε έντονο πόνο ή σημαντική δυσφορία, διακόψτε τη χρήση των νάρθηκων και επικοινωνήστε με τον ιατρό σας.

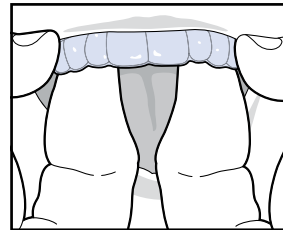
Αφαίρεση νάρθηκα



1. Στη μία πλευρά του στόματός σας, χρησιμοποιήστε το άκρο του δακτύλου σας στο εσωτερικό του πίσω γομφίου σας για να τραβήξετε αργά το νάρθηκα από τους γομφίους σας.



2. Επαναλάβετε αυτή τη διαδικασία στην άλλη πλευρά του στόματός σας, προτού προσπαθήσετε να αφαιρέσετε πλήρως το νάρθηκα.



3. Αφού ο νάρθηκας αποσπαστεί από τους γομφίους και στις δύο πλευρές του στόματός σας, μπορείτε να συνεχίσετε αργά προς τα εμπρός, απομακρύνοντας προσεκτικά το νάρθηκα από τα δόντια σας με τα δάχτυλά σας.

Σημείωση:

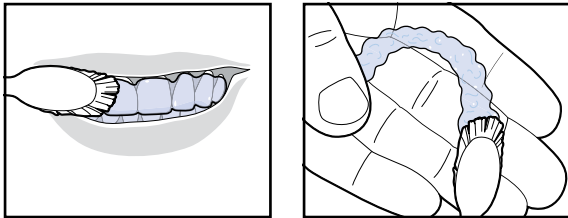
- Ξεπλένετε αμέσως το νάρθηκα με νερό, ανακινήστε για να απομακρύνετε την περίσσεια του νερού και φυλάξτε τους νάρθηκές σας στην προστατευτική θήκη που περιλαμβάνεται στο κιτ πρώτης χρήσης.
- Για να μην προκληθεί ζημιά στους νάρθηκες, αποφεύγετε τη μη απαραίτητη αφαίρεση.
- Προσέχετε όταν αφαιρείτε τους νάρθηκές σας, ιδιαίτερα εάν έχουν χρησιμοποιηθεί πολλαπλά προσαρτήματα.
- Μην ασκείτε υπερβολική δύναμη για την κάμψη ή την περιστροφή ενός νάρθηκα και για την αφαίρεσή του.
- ΜΗ χρησιμοποιήσετε αιχμηρό αντικείμενο για την αφαίρεση των νάρθηκων σας.
- Εάν οι νάρθηκές σας αφαιρούνται υπερβολικά δύσκολα, συμβουλευτείτε τον ιατρό σας.

Καθημερινή φρόντιδα Και σύντηξη των νάρθηκων Invisalign.

1. Καθαρίζετε τους νάρθηκές σας πριν από κάθε τοποθέτηση. Χρησιμοποιείτε νερό και μικρή ποσότητα οδοντόπαστας με μια μαλακή οδοντόβουρτσα. Ίσως σας διευκολύνει περισσότερο να καθαρίζετε το εξωτερικό των νάρθηκων σας βουρτσίζοντάς τους ενόσω είναι ακόμα τοποθετημένοι στα δόντια σας και, έπειτα, να αφαιρείτε τους νάρθηκές σας για να καθαρίζετε τις εσωτερικές επιφάνειες.

Σημείωση: Φροντίστε να ξεπλύνετε τον κάθε νάρθηκα σχολαστικά με νερό μετά από κάθε καθαρισμό. Συνιστούμε επίσης τη χρήση των καθαριστικών προϊόντων για νάρθηκες (aligner) Invisalign μία φορά την εβδομάδα ή όσο συχνά χρειάζεται.

2. ΜΗΝ καθαρίζετε τους νάρθηκες με καθαριστικά για τεχνητές οδοντοστοιχίες. ΜΗΝ τους εμβαπτίζετε σε στοματικό διάλυμα. Αυτά τα προϊόντα ενδέχεται να προκαλέσουν ζημιά στην επιφάνεια του νάρθηκα, με αποτέλεσμα να γίνει θαμπή και διακριτή.



Σωστή στοματική υγιεινή

1. Να αφαιρείτε τους νάρθηκές σας για να φάτε και να πιείτε. (Δεν χρειάζεται να αφαιρείτε τους νάρθηκες για να πιείτε δροσερό νερό).
2. Να βουρτσίζετε και να καθαρίζετε με οδοντικό νήμα τα δόντια σας μετά από κάθε γεύμα ή σνακ, προτού φορέσετε και πάλι τους νάρθηκες. Αν δεν υπάρχει διαθέσιμο καθαριστικό σύστημα ή οδοντόβουρτσα, μπορείτε απλώς να ξεπλύνετε το στόμα σας και, στη συνέχεια, να καθαρίσετε τους νάρθηκες κρατώντας τους κάτω από ζεστό τρεχούμενο νερό. Δεν είναι ο καλύτερος τρόπος καθαρισμού, αλλά λειτουργεί ως υποκατάστατο. Φροντίστε να καθαρίσετε τους νάρθηκές σας σχολαστικά, το συντομότερο δυνατό.

3. Αν έχετε ερωτήσεις σχετικά με τις τεχνικές υγιεινής, συμβουλευτείτε τον ιατρό σας.
4. Συνιστάται τακτική οδοντιατρική εξέταση και καθαρισμός για τη διατήρηση της υγείας των δοντιών και των ούλων σας.

Φύλαξη των νάρθηκων Invisalign

Στο κιτ πρώτης χρήσης περιλαμβάνονται δύο θήκες για τους νάρθηκες, μία μπλε θήκη και μία κόκκινη (ή πορτοκαλί) θήκη. Σας συνιστούμε να φυλάσσετε τους νάρθηκες Invisalign μέσα σε θήκη όταν δεν τους έχετε στο στόμα σας. Έτσι θα τους προστατεύσετε από απώλεια και ζημιές.

Να επισημαίνεται την μπλε θήκη νάρθηκων για το "τρέχον στάδιο". Να φυλάσσετε τους νάρθηκες που χρησιμοποιείτε εκείνη τη στιγμή (π.χ. στάδιο αρ. 1) σε αυτή τη θήκη.

Όταν έρθει η ώρα να περάσετε στο επόμενο στάδιο (π.χ. στο στάδιο αρ. 2), μεταφέρετε τους προηγούμενους νάρθηκες (π.χ. στάδιο αρ. 1) στην κόκκινη (ή την πορτοκαλί) θήκη. Να φυλάσσετε πάντοτε τους νάρθηκες που χρησιμοποιήθηκαν πιο πρόσφατα σε αυτή τη θήκη. Εάν ο νάρθηκας που χρησιμοποιείτε εκείνη τη στιγμή έχει χαθεί ή σπάσει, ο ιατρός σας ενδέχεται να σας συστήσει να επανέλθετε προσωρινά στο προηγούμενο στάδιο και να χρησιμοποιήσετε τους νάρθηκες που περιέχονται στην κόκκινη (ή την πορτοκαλί) θήκη, ενόσω ετοιμάζεται ο ανταλλακτικός νάρθηκας.

Σημείωση: Να φυλάσσετε όλους τους προηγούμενους νάρθηκες σε καθαρό πλαστικό σάκο ή σύμφωνα με τις οδηγίες του ιατρού σας. Να φυλάσσετε μακριά από μικρά παιδιά και κατοικίδια.

Σύνηθεις ερωτήσεις και απαντήσεις.

E: Θα πονώ κατά τη διάρκεια της θεραπείας;

A: Οι περισσότεροι άνθρωποι αισθάνονται ευαισθησία στα δόντια για μερικές ημέρες μετά από την έναρξη του κάθε νέου σταδίου. Αυτό είναι φυσιολογικό. Αποτελεί ένδειξη ότι οι νάρθηκες Invisalign επιτελούν το σκοπό τους, που είναι να μετακινήσουν τα δόντια σας στην τελική τους θέση. Αυτή η ευαισθησία θα υποχωρήσει σταδιακά σε μία-δύο ημέρες, μετά από την τοποθέτηση του επόμενου νάρθηκα της σειράς. Αν αυτό δεν γίνει, καλέστε αμέσως τον ιατρό σας.

E: Η χρήση των νάρθηκων Invisalign θα επηρεάσει την ομιλία μου;

A: Όπως με όλες τις θεραπείες ορθοδοντικής, οι νάρθηκες ενδέχεται να επηρεάσουν προσωρινά την ομιλία σας και μπορεί να έχετε ένα ελαφρύ ψεύδισμα για μία-δύο ημέρες. Ωστόσο, καθώς η γλώσσα σας συνηθίζει στην ύπαρξη των νάρθηκων στο στόμα σας, το ψεύδισμα ή οποιαδήποτε ελαφριά παρεμπόδιση της ομιλίας που προκαλείται από τους νάρθηκές σας θα πρέπει να εξαφανιστεί.

E: Τι πρέπει να κάνω αν ο νέος νάρθηκας Invisalign δεν εφαρμόζει στα δόντια μου;

A: Είναι φυσιολογικό να υπάρξουν μικρές αναντιστοιχίες μεταξύ του νέου νάρθηκα και της τρέχουσας θέσης του δοντιού, καθώς τα δόντια χρειάζονται χρόνο για να προσαρμοστούν στη νέα θέση του νάρθηκα. Εάν δημιουργηθούν σημαντικά προβλήματα με την εφαρμογή του νάρθηκα, ενημερώστε τον ιατρό σας.

E: Υπάρχουν περιορισμοί στο τι μπορώ να τρώω;

A: Γενικώς, όχι. Σε αντίθεση με τα συμβατικά ορθοδοντικά βοηθήματα, μπορείτε συνήθως να τρώτε και να πίνετε ότι θέλετε, γιατί αφαιρείτε τους νάρθηκές σας όταν τρώτε. Έτσι, δεν χρειάζεται να περιορίσετε την κατανάλωση οποιασδήποτε από τις αγαπημένες σας τροφές και τα σνακ, εκτός εάν λάβετε διαφορετικές οδηγίες από τον ιατρό σας.

E: Μπορώ να πίνω ζεστά ή κρύα ποτά ενόσω φοράω τους νάρθηκες Invisalign;

A: Σας συνιστούμε να μην πίνετε τίποτα όσο φοράτε τους νάρθηκές σας, παρά μόνο δροσερό νερό. Αυτό γίνεται για να αποφύγετε το σχηματισμό κοιλιοτήτων και λεκέδων, καθώς και την παραμόρφωση των νάρθηκων που μπορεί να προκληθεί από την κατανάλωση πολύ ζεστών ποτών και ζεστού νερού.

E: Μπορώ να μασάω τσίχλα όταν φοράω τους νάρθηκες Invisalign;

A: ΟΧΙ. Η τσίχλα θα κολλήσει στους νάρθηκες. Σας συνιστούμε να αφαιρείτε τους νάρθηκές σας για όλα τα γεύματα και τα σνακ.

E: Το κάπνισμα ή το μάρσιμα καπνού θα λεκιάσει τους νάρθηκες;

A: Αποθαρρύνουμε τη χρήση καπνού ενόσω φοράτε τους νάρθηκες, γιατί μπορεί να αποχρωματιστούν.

E: Γιατί ορισμένοι από τους νάρθηκές μου έχουν εξογκώματα ή αυλακώσεις επάνω τους;

A: Ανάλογα με τη συγκεκριμένη θεραπεία που ακολουθείτε, ορισμένες από τις μετακινήσεις ενδέχεται να απαιτήσουν τη χρήση "προσαρτημάτων" ή "αυλακώσεων", έτσι ώστε ο νάρθηκας να συγκρατεί τα δόντια. Αυτές οι προεξοχές ή τα φρεάτια είναι τα σημεία όπου ο νάρθηκας συγκρατεί το προσάρτημα που τοποθετεί ο ιατρός στα δόντια σας. Τα προσάρτηματα είναι συνήθως μικρά τεμάχια συνθετικού υλικού που στερεώνει ο ιατρός στα δόντια σας. Τα προσάρτηματα αυτά συγκρατούνται από τα εξογκώματα που υπάρχουν στους νάρθηκές σας. Οι αυλακώσεις είναι λεπτές εσοχές στους νάρθηκές σας. Ο ιατρός σας θα χρησιμοποιήσει το ένα ή και τα δύο αυτά χαρακτηριστικά, για να επιχειρήσει να επιτύχει την επιθυμητή μετακίνηση.

E: Τι θα γίνει αν χάσω ή σπάσω ένα νάρθηκα Invisalign;

A: Σε περίπτωση που χάσετε έναν νάρθηκα ή σπάσει, θα πρέπει να ενημερώσετε αμέσως τον ιατρό σας. Ο ιατρός σας μάλλον θα σας συμβουλευτεί να αρχίσετε να φοράτε αμέσως το προηγούμενο ή το επόμενο σετ νάρθηκων. Μάλλον θα σας παραγγείλει ένα νέο σετ νάρθηκων για να αντικαταστήσετε εκείνο που χάσατε, το οποίο θα σας παραδοθεί σε λίγες ημέρες.

E: Τι θα γίνει αν χάσω ή σπάσω ένα προσάρτημα;

A: Σε περίπτωση που χάσετε ένα προσάρτημα ή σπάσει, θα πρέπει να ενημερώσετε αμέσως τον ιατρό σας.

Σημείωση: Αν έχετε πρόσθετες ερωτήσεις μετά από την ανάγνωση αυτού του φυλλαδίου, επικοινωνήστε με τον ιατρό σας.

Προειδοποίηση: Σε σπάνιες περιπτώσεις, κάποιοι ασθενείς ενδέχεται να είναι αλλεργικοί στο πλαστικό υλικό του νάρθηκα (aligner). Σε αυτές τις περιπτώσεις, διακόψτε τη χρήση και συμβουλευτείτε άμεσα έναν επαγγελματία υγείας. Πρέπει επίσης να ειδοποιηθεί η Align Technology. Υπάρχει κίνδυνος βλάβης στην υγεία από ακούσια κατάποση ή εισπνοή των ορθοδοντικών συσκευών ή των μερών τους.

Íslenska (Icelandic)

Notkun Invisalign-skinna.

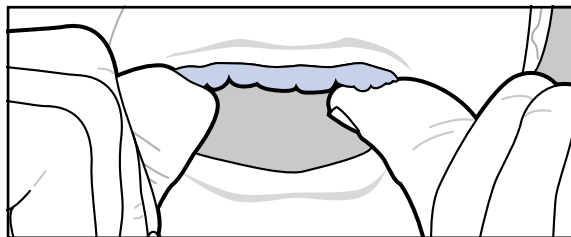
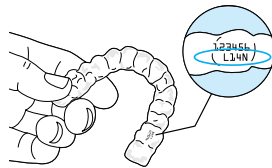
Hér eru nokkur ráð til að stuðla að réttri notkun og forðast skemmdir á skinnunum.

Mundu

1. Notaðu skinnurnar samkvæmt fyrirmælum læknsins, yfirleitt 20–22 klukkustundir á dag.
2. Þvoðu hendurnar vandlega með vatni og sápu áður en skinnurnar eru meðhöndlaðar.
3. Meðhöndlaðu aðeins EINA skinnu í einu.
4. Skolaðu skinnurnar eftir að þær eru teknar úr umbúðunum.

Ísetning skinna

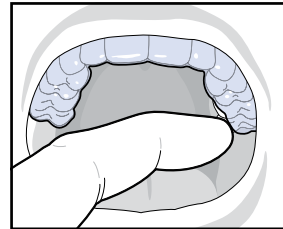
1. Gakktu úr skugga um að þú sért með rétta skinnu – efri skinnu fyrir tennur í efri gómi og neðri skinnu fyrir tennur í neðri gómi.
2. Til að forðast að skinnunum sé ruglað saman eru þær merktar með einkvæmu skráningarnúmeri; „U“ („upper“) fyrir efri tannboga og „L“ („lower“) fyrir neðri tannboga, og á eftir því kemur stígsnúmerið.
3. Ekki skiptir máli hvort efri eða neðri skinna er sett í á undan. Við ísetningu skal þrýsta skinnunni varlega yfir framtennurnar. Svo skal beita jöfnum þrýstingi með því að ýta með fingurgómunum efst á vinstri og hægri endajaxlana þar til skinnan smellur á sinn stað.



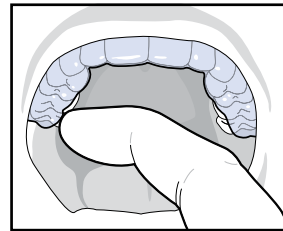
4. EKKI bita í skinnurnar til að koma þeim í rétta stöðu. Það getur skemmt þær.

Athugaðu: Ef þú finnur fyrir sárum verk eða miklum óþægindum skaltu hætta notkun skinnanna og hafa samband við lækni.

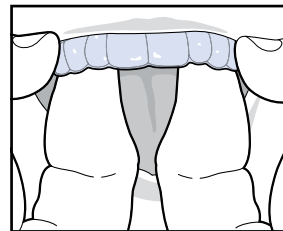
Skinna tekin úr



1. Notaðu fingurgóminn til að toga skinnuna hægt frá innanverðum endajöxlunum öðrum megin í munnum.



2. Gerðu þetta sama hinum megin áður en þú heldur áfram að losa skinnuna.



3. Þegar skinnan er laus frá jöxlunum báðum megin getur þú haldið áfram að losa skinnuna hægt og varlega frá hinum tönnunum með fingurgómunum.

Athugaðu:

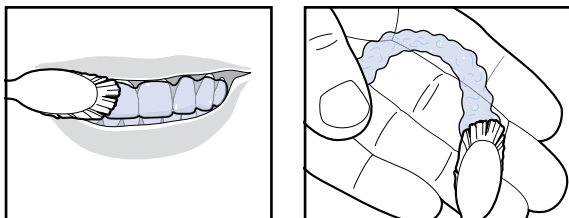
- Skolaðu skinnuna tafarlaust með vatni, hristu af mesta vatnið og settu skinnurnar svo í hulstrið sem fylgdi með byrjunarpakkanum.
- Ekki taka skinnurnar úr oftari en þörf er á, til að forðast skemmdir á þeim.
- Farðu varlega þegar þú tekur skinnurnar úr, sérstaklega ef notast er við margar festingar.
- Ekki beita miklum krafti við að sveigja eða snúa skinnunum til að ná þeim af.
- EKKI nota oddhvasa hluti til að fjarlægja skinnurnar.
- Hafðu samband við lækinn ef mjög erfitt reynist að taka skinnurnar úr.

Dagleg umhirða og viðhald Invisalign-skinna.

1. Hreinsaðu skinnurnar fyrir hverja ísetningu. Notaðu tannbursta með mjúkum hárum, vatn og svolítið tannkrem. Það getur reynst best að hreinsa skinnurnar að utanverðu með því að bursta þær meðan þær eru enn á tönnumum og fjarlægja skinnurnar svo til að hreinsa þær að innanverðu.

Athugaðu: Skolaðu hvora skinnu vandlega með vatni eftir hverja hreinsun. Við mælum einnig með að þú notir Invisalign-hreinsunarvörur fyrir skinnur einu sinni í viku, eða eftir þörfum.

2. EKKI má hreinsa skinnur með hreinsibúnaði fyrir gervitennur. EKKI láta þær liggja í munnskoli. Þessar vörur geta skemmt yfirborð skinnunnar og leitt til þess að hún verði gljálaus og sýnilegri.



Tilhlýðileg munnhirða

1. Fjarlægja skal skinnur fyrir neyslu matar og drykkja. (Ekki þarf að fjarlægja skinnur fyrir neyslu á köldu vatni.)
2. Burstaðu tennur og notaðu tannþráð eftir hverja máltíð eða aukabita áður en þú kemur skinnunum aftur fyrir. Ef þú hefur ekki aðgang að hreinsunarkerfinu eða tannbursta getur þú hreinsað munninn með vatni og skolað svo skinnurnar með volgu vatni. Það er ekki besta leiðin til að hreinsa skinnurnar en það virkar ef í nauðir rekur. Skinnurnar skal svo hreinsa vel við fyrsta hentugleika.
3. Ef þú ert með einhverjar spurningar varðandi hreinlætisaðferðir skaltu hafa samráð við lækinn.
4. Til að tryggja áframhaldandi tannheilsu og heilbrigði góma er mælt með reglubundnu eftirliti með tönnum og tannhreinsun.

Geymsla Invisalign-skinna

Tvö skinnuhulstur fylgja með byrjunarpakkanum; blátt hulstur og rautt (eða appelsínugult) hulstur. Við mælum með því að þú geymir Invisalign-skinnum í hulstri þegar þú ert ekki með þær í munnum. Þannig má forðast að þær tynist eða eyðileggist.

Notaðu bláa skinnuhulstrið fyrir „núverandi stig“. Geymdu skinnurnar sem þú ert að nota (t.d. stig 1) í þessu hulstri.

Þegar komið er að því að skipta yfir í næsta meðferðarstig (t.d. stig 2) skaltu færa gömlu skinnurnar (t.d. frá stigi 1) yfir í rauða (appelsínugula) hulstrið. Geymdu alltaf skinnurnar sem þú notaðir síðast í þessu hulstri. Ef skinna sem þú ert með í notkun tynist eða skemmist kann lækinn að leggja til að þú skiptir tímabundið aftur yfir í fyrra stig og notir skinnurnar í rauða (appelsínugula) hulstrinu á meðan verið er að útvega nýja.

Athugaðu: Geymdu allar eldri skinnur í hreinum plastpoka eða samkvæmt fyrir mælum lækisins. Geymdu þær þar sem hvorki börn né gæludýr ná til.

Algengar spurningar og svör.

Spurning: Er meðferðin sársaukafull?

Svar: Flestir finna fyrir eymslum í tönnum í nokkra daga eftir að nýtt stig er hafð. Slíkt er eðlilegt. Það er til merkis um að Invisalign-skinnurnar séu að sinna hlutverki sínu; að færa tennurnar á tilætlaðan stað. Þessi eymsli ættu að ganga jafnt og þétt til baka nokkrum dögum eftir að byrjað er að nota nýjar skinnur. Ef ekki skaltu hafa samband við lækinn umsvifalaust.

Spurning: Hefur notkun Invisalign-skinna áhrif á það hvernig ég tala?

Svar: Notkun á skinnunum, eins og aðrar tannréttingar, getur haft tímabundin áhrif á tal þitt og það gæti vottað fyrir smámæli í einn eða tvo daga. Þegar tungan venst skinnunum ætti smámæli eða aðrir minniháttar talörðugleikar vegna þeirra að hverfa.

Spurning: Hvað á ég að gera ef nýju Invisalign-skinnurnar festast ekki við tennurnar?

Svar: Lítilsháttar misræmi milli nýju skinnunnar og núverandi stöðu tanna er eðlilegt, þar sem tennurnar þurfa tíma til að laga sig að nýju skinnunni. Ef upp koma veruleg vandamál með hvernig skinnan passar skal láta lækinn vita.

Spurning: Er eitthvað sem ég má ekki borða?

Svar: Nei, svo er ekki. Ólíkt hefðbundnum tannréttingum getur þú að jafnaði borðað og drukkið það sem þú vilt vegna þess að þú fjarlægir skinnurnar á meðan þú borðar. Þess vegna þarftu ekki að hætta að borða neitt sem þér þykir gott nema lækirinn gefi sérstök fyriræli um annað.

Spurning: Er í lagi að drekka heita eða kalda drykki með Invisalign-skinnur?

Svar: Að köldu vatni undanskildu mælum við með því að þú drekkir ekki með skinnurnar í munnum. Það er til þess að forðast holur og mislitun og til að koma í veg fyrir að skinnurnar aflagist vegna heitra drykkja og heits vatns.

Spurning: Get ég tuggið tyggigúmmí með Invisalign-skinnur?

Svar: Nei. Tyggigúmmí festist við skinnurnar. Við ráðleggjum þér að fjarlægja skinnurnar fyrir alla aukabita eða máltíðir.

Spurning: Lita reykingar eða munntóbak skinnurnar?

Svar: Við mælum ekki með tóbaksneyslu þegar skinnurnar eru notaðar því að hætta er á að skinnurnar mislitist.

Spurning: Hvers vegna eru sumar skinnurnar mínar með dældum eða rákum?

Svar: Eftir því hvernig meðferðinni er háttáð getur verið þörf á annaðhvort „festingum“ eða „raufum“ til að skinnan nái að festast betur við tennurnar. Það eru þessar dældir eða holur sem skinnan notar til að grípa í festingarnar sem lækirinn kemur fyrir á tönnum. Festingarnar eru í raun litlar einingar af plastefni sem lækirinn festir við tennurnar, og sem dældirnar á skinnunum festast við. Rákirnar eru mjóar dældir á skinnunum. Lækirinn notar annan eða báða þessa eiginleika til að ná fram tilætlaðri hreyfingu.

Spurning: Hvað ef ég týni Invisalign-skinnu eða hún skemmist?

Svar: Ef skinna týnist eða eyðileggst skaltu hafa tafarlaust samband við lækinn. Lækirinn ráðleggur þér líklega að byrja strax að nota næstu skinnur á undan eða eftir. Hugsanlega pantar hann fyrir þig nýjar skinnur í stað þeirra sem glötuðust, og þær ættu að berast innan nokkurra daga.

Spurning: Hvað ef ég týni festingu eða hún skemmist?

Svar: Ef festing týnist eða eyðileggst skaltu hafa tafarlaust samband við lækinn.

Athugaðu: Ef þú ert með frekari spurningar eftir lestur þessa bæklingsskjalts skaltu hafa samráð við lækinn.

Viðvörðun: Í mjög sjaldgæfum tilvikum geta sjúklingar verið með ofnæmi fyrir plastefninu í skinnunum. Í slíkum tilfellum skal notkun hætt og hafa skal samráð við heilbrigðisstarfsfólk tafarlaust. Einnig skal tilkynna Align Technology um slík tilvik. Mögulegt er að notendur geti gleypst eða svelgst á tannréttingabúnaðinum eða hluta hans fyrir slysi og getur það verið skaðlegt.

Italiano (Italian)

Uso degli aligner Invisalign.

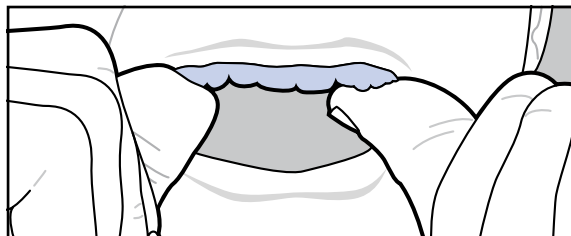
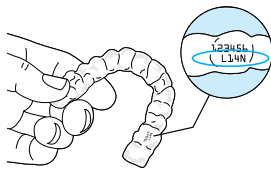
Di seguito vengono forniti alcuni suggerimenti per un uso corretto degli aligner.

Ricordarsi sempre di

1. Portare gli aligner in base alle istruzioni del proprio medico, in genere 20-22 ore al giorno.
2. Lavare accuratamente le mani con acqua e sapone prima di toccare gli aligner.
3. Prendere in mano UN SOLO aligner alla volta.
4. Sciacquare bene gli aligner una volta estratti dalla confezione.

Inserimento degli aligner

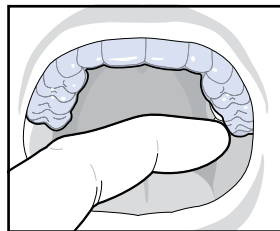
1. Verificare di aver preso l'aligner corretto: l'aligner superiore per l'arcata superiore e l'aligner inferiore per l'arcata inferiore.
2. Per evitare errori, su ciascun aligner sono riportati il numero personale del paziente e una "U" (Upper) per l'arcata superiore o una "L" (Lower) per l'arcata inferiore, seguiti dal numero della fase di trattamento corrente.
3. Per primo si può inserire indifferentemente sia l'aligner inferiore che quello superiore. Durante l'inserimento, spingere delicatamente l'aligner sugli incisivi (denti anteriori). Quindi, utilizzando i polpastrelli, applicare una pressione uniforme sui molari (denti posteriori) di destra e sinistra, fino a quando l'aligner non scatta in posizione.



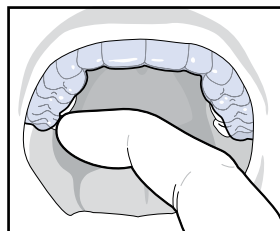
4. NON mordere gli aligner per farli entrare in posizione. Ciò potrebbe danneggiarli.

Nota: in caso di dolore acuto o di grave disagio, interrompere l'uso degli aligner e rivolgersi al proprio dentista.

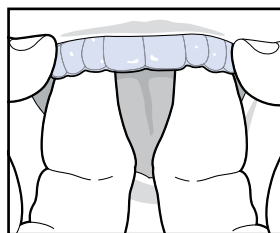
Rimozione degli aligner



1. Su un lato della bocca, premere il polpastrello sulla parte interna del molare posteriore per rimuovere delicatamente l'aligner dai molari.



2. Ripetere questo processo sull'altro lato della bocca prima di estrarre completamente l'aligner.



3. Una volta sganciato l'aligner dai molari su entrambi i lati della bocca, è possibile procedere e rimuovere delicatamente l'aligner dai denti utilizzando i polpastrelli.

Nota:

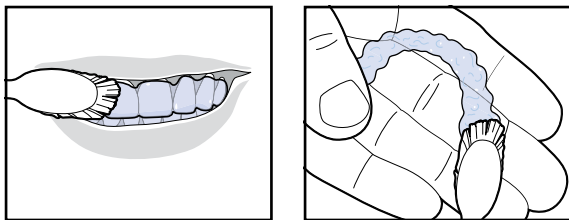
- Sciacquare immediatamente l'aligner con acqua, scrollare via l'acqua in eccesso e riporre gli aligner nella custodia fornita con il kit.
- Per evitare di danneggiare gli aligner, rimuoverli solo quando necessario.
- Prestare attenzione durante la rimozione degli aligner, in particolare nei casi in cui vengono utilizzati più attachment.
- Non forzare eccessivamente per piegare o torcere l'aligner nel tentativo di rimuoverlo.
- NON utilizzare oggetti appuntiti per rimuovere gli aligner.
- Se la rimozione degli aligner risulta particolarmente difficile, rivolgersi al proprio dentista.

Cura quotidiana e manutenzione degli aligner Invisalign.

1. Pulire gli aligner prima di ogni inserimento. Utilizzare uno spazzolino a setole morbide con acqua e una piccola quantità di dentifricio. Per una pulizia ancora più semplice, è possibile spazzolare gli aligner mentre sono indossati e quindi rimuoverli per pulire le superfici interne.

Nota: assicurarsi di sciacquare bene ciascun aligner dopo averlo pulito. Si raccomanda inoltre di utilizzare gli appositi prodotti per la pulizia degli aligner Invisalign almeno una volta alla settimana e quando necessario.

2. NON utilizzare prodotti per la pulizia delle protesi dentarie per pulire gli aligner. NON immergerli nel collutorio. Tali prodotti possono danneggiare la superficie dell'aligner opacizzandolo e rendendolo più visibile.



Igiene orale corretta

1. Rimuovere gli aligner per mangiare o bere. (Non è necessario rimuovere gli aligner per bere acqua fredda).
2. Lavare i denti e passare il filo interdentale dopo ogni pasto o snack prima di reinserire gli aligner. Se non si ha a disposizione il proprio sistema di pulizia o uno spazzolino, è possibile limitarsi a sciacquare la bocca e a pulire gli aligner sotto acqua corrente tiepida. Non è il metodo migliore, ma funziona in caso di necessità. Ricordarsi di pulire accuratamente gli aligner appena possibile.
3. Per domande relative alle tecniche di igiene, rivolgersi al proprio dentista.
4. Si raccomanda di effettuare periodicamente controlli e pulizie dentali, a garanzia della salute di denti e gengive.

Conservazione degli aligner Invisalign

Nello starter kit sono presenti due custodie per aligner, una di colore blu e una di colore rosso (o arancione). Si raccomanda di riporre gli aligner nelle relative custodie quando non li si utilizza. Ciò eviterà di perderli o danneggiarli.

Utilizzare la custodia blu per la fase corrente. Riporre gli aligner correntemente in uso (ad esempio, gli aligner della fase 1) in questa custodia.

Al momento del passaggio alla fase successiva (ad esempio, alla fase 2), trasferire i vecchi aligner nella custodia rossa (o arancione). Conservare sempre gli ultimi aligner utilizzati in questa custodia. In caso di perdita o rottura dell'aligner corrente, è possibile che il medico consigli di utilizzare temporaneamente l'aligner della fase precedente conservato nella custodia rossa (o arancione) fino alla sostituzione.

Nota: conservare tutti gli aligner precedenti in una busta di plastica o in base alle indicazioni del proprio dentista. Conservare al di fuori della portata di bambini piccoli e animali domestici.

Domande frequenti.

D: Il trattamento è doloroso?

R: La maggior parte dei pazienti lamenta fastidio ai denti per alcuni giorni all'inizio di ogni nuova fase. Si tratta di un sintomo normale. È segno che gli aligner Invisalign stanno funzionando, spostando i denti verso la posizione finale desiderata. Il dolore sparisce gradualmente nel giro di un paio di giorni. Se il dolore persiste, rivolgersi immediatamente al proprio dentista.

D: Gli aligner Invisalign hanno un impatto sulla pronuncia?

R: È possibile che gli aligner provochino una lieve alterazione della pronuncia causando una leggera blesità per uno o due giorni dall'inizio del trattamento, come del resto succede con tutti i trattamenti ortodontici. Tuttavia, non appena la lingua si adatta agli aligner, le alterazioni della pronuncia dovrebbero scomparire.

D: Che cosa devo fare se il mio nuovo aligner Invisalign non aderisce perfettamente ai denti?

R: La presenza di discrepanze minime tra il nuovo aligner e la posizione dei denti corrente è normale poiché i denti hanno bisogno di tempo per adattarsi alla posizione del nuovo aligner. Se si riscontrano problemi significativi con l'aderenza dell'aligner, sospenderne l'uso e contattare immediatamente il dentista.

D: Durante il trattamento posso mangiare di tutto?

R: Sì. A differenza dei trattamenti ortodontici tradizionali, è possibile mangiare e bere tutto ciò che si desidera, data la possibilità di rimuovere gli aligner sia per mangiare che per bere. Se non diversamente prescritto dal proprio medico, non è necessaria alcuna limitazione al consumo dei propri alimenti preferiti.

D: Si possono bere bevande fredde o calde quando si indossano gli aligner Invisalign?

R: Quando si portano gli aligner, si consiglia di bere solo acqua fredda. In questo modo si evita la formazione di cavità e macchie o deformazioni degli aligner dovute alle bevande calde.

D: È possibile masticare chewing-gum quando si portano gli aligner Invisalign?

R: NO. Il chewing-gum si attaccherebbe agli aligner. Si consiglia di rimuovere gli aligner prima di qualsiasi pasto o snack.

D: Il fumo o la masticazione di tabacco può macchiare gli aligner?

R: Si sconsiglia l'uso di tabacco quando si portano gli aligner, perché vi è il rischio di modificarne la colorazione.

D: Perché la superficie di alcuni aligner presenta protuberanze o creste?

R: A seconda del trattamento specifico, è possibile che alcuni movimenti necessitino di "attachment" (attacchi) o "creste" per favorire l'aderenza dell'aligner ai denti. Le protuberanze si trovano nei punti in cui l'aligner aderisce all'attachment posizionato dal dentista sui denti. Gli attachment sono piccole parti in composito che il medico fissa sui denti nei punti in cui si incastrano le protuberanze dell'aligner. Le creste sono sottili rientranze posizionate sugli aligner. Il medico utilizzerà una o entrambe le funzioni per ottenere il movimento desiderato.

D: Che cosa succede in caso di perdita o rottura di un aligner Invisalign?

R: Se si perde o si rompe un aligner, informare immediatamente il proprio dentista. È probabile che il dentista suggerisca di utilizzare immediatamente l'aligner della fase precedente o successiva. È probabile che il dentista ordini un nuovo set di aligner per sostituire quelli persi, che sarà disponibile nel giro di pochi giorni.

D: Che cosa succede in caso di perdita o rottura di un attachment?

R: Se si perde o si rompe un attachment, informare immediatamente il proprio dentista.

Nota: per ulteriori domande, consultare il proprio medico.

Attenzione: in rari casi, alcuni pazienti possono essere allergici al materiale plastico degli aligner. In questi casi, sospendere il trattamento e consultare immediatamente un medico. Fare in modo che anche Align Technology venga avvertita. I dispositivi ortodontici, o parte di essi, possono essere accidentalmente ingoiati o aspirati e causare dei danni.

Norsk (Norwegian)

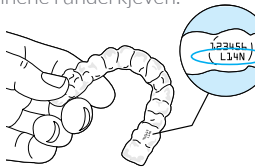
Bruk av Invisalign reguleringskinner.

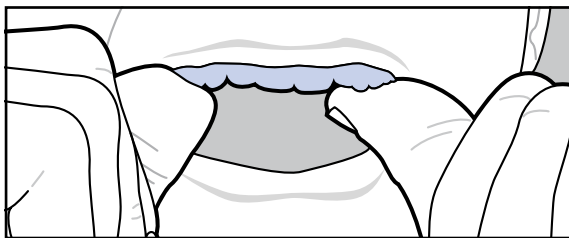
Her er noen tips for å hjelpe deg med å bruke reguleringskinnene riktig og unngå å skade dem.

Du må alltid huske å

1. Bruke skinnene slik tannlegen har forklart deg, vanligvis 20-22 timer per dag.
2. Vaske hendene grundig med såpe og vann før du håndterer reguleringskinnene.
3. Håndtere kun EN reguleringsskinne om gangen.
4. Skulle skinnene dine når du tar dem ut av emballasjen.

Sette inn reguleringskinner

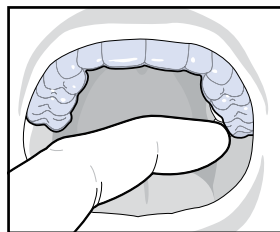
1. Kontroller at du har den rette skinnen - den øvre for tennene i overkjeven og den nedre for tennene i underkjeven.
2. For å unngå forvirring har hver reguleringsskinne inngravert et unikt behandlingsnummer, en "U" (Upper) for overkjeven og en "L" (Lower) for underkjeven, samt et trinn-nummer. 
3. Du kan sette enten den øvre eller nedre reguleringskinnen inn først. Reguleringskinnen skal skyves forsiktig over fortennene dine. Deretter bruker du fingertuppene til å presse platen like mye mot høyre og venstre jeksler til skinnen smekker på plass.



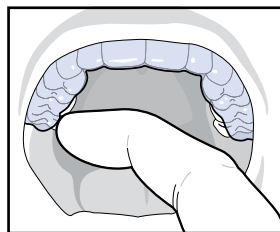
4. IKKE bit reguleringskinnene på plass. Dette kan skade dem.

Merk: Hvis du opplever skarp smerte eller mye ubehag, må du slutte å bruke reguleringskinnene og oppsøke tannlegen.

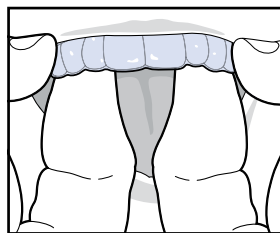
Fjerne reguleringskinner



1. Start på den ene siden av munnen og bruk fingertuppen på innsiden av den bakre jekselen til å trekke reguleringskinnen sakte av jekslene.



2. Gjenta denne fremgangsmåten på den andre siden av munnen for å fjerne reguleringskinnen fullstendig.



3. Når skinnene har løsnet fra jekslene på begge sider av munnen, skal du kunne arbeide deg fremover og løsne skinnen forsiktig fra tennene med fingertuppene.

Merk:

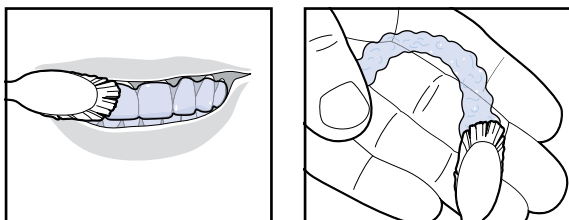
- Skyll reguleringskinnen med vann, rist av overskytende vann og oppbevar den i det beskyttende etuiet som følger med startersettet ditt.
- For å unngå skade på reguleringskinnene bør du ikke ta dem ut unødvendig ofte.
- Vær forsiktig når du tar ut reguleringskinnene, spesielt hvis det brukes flere fester.
- Ikke bruk for stor kraft til å vri eller bøye skinnene for å få dem av.
- IKKE bruk et skarpt objekt til å fjerne reguleringskinnene.
- Snakk med tannlegen hvis det er svært vanskelig å fjerne reguleringskinnene.

Daglig stell og vedlikehold av dine Invisalign regulerings Skinner.

1. Rengjør regulerings skinnene før hver gang de skal settes inn. Bruk en myk tannbørste med vann og litt tannkrem. Det kan være enklest å rengjøre utsiden av regulerings skinnene ved å pusse dem mens de fremdeles sitter på tennene. Deretter kan du fjerne skinnene og rengjøre dem på innsiden.

Merk: Skyll hver regulerings skinne grundig med vann etter hver rengjøring. Vi anbefaler også at du bruker Invisalign rengjøringsprodukter for regulerings skinner en gang i uken eller ved behov.

2. IKKE bruk rengjøringsmidler for proteser til å rengjøre regulerings skinner. IKKE bløtlegg dem i munnvann. Disse produktene kan skade overflatene på skinnene slik at de blir matte og mer synlige.



Korrekt munnhygiene

1. Ta ut regulerings skinnene når du spiser og drikker. (Du behøver ikke ta ut skinnene for å drikke kaldt vann.)
2. Puss tennene og bruk tanntråd etter hvert måltid eller mellommåltid, før du setter på plass skinnene. Hvis du ikke har tilgang til rengjøringsmidler eller tannbørste, kan du simpelthen skylle munnen og rengjøre skinnene ved å holde dem under rennende varmt vann. Det er ikke den beste rengjøring, men det hjelper i et nødsfall. Sørg deretter for å rengjøre regulerings skinnene grundig så snart som mulig.
3. Hvis du har spørsmål om hygiene og teknikker, bør du snakke med tannlegen.
4. Jevnlig kontroll og rengjøring hos tannlegen anbefales for å sikre sunne tenner og sunt tannkjøtt.

Oppbevaring av Invisalign regulerings skinner

Det følger to etuier med startersettet, et blått etui og et rødt (eller oransje). Vi anbefaler at du oppbevarer dine Invisalign regulerings skinner i et etui når du ikke har dem i munnen. Dette vil hjelpe til å unngå skade eller tap.

Bruk det blå etuiet til ditt "nåværende trinn". Oppbevar skinnene du bruker for tiden (f.eks. trinn nr. 1) i dette etuiet.

Når tiden er inne for å gå til neste trinn (f.eks. trinn nr. 2), flytter du de forrige skinnene (f.eks. trinn nr. 1) over i det røde (eller oransje) etuiet. Oppbevar alltid skinnene som sist ble brukt i dette etuiet. Hvis dine nåværende regulerings skinner skulle skades eller mistes, kan tannlegen komme til å anbefale at du går et trinn tilbake og bruker skinnene i det røde (oransje) etuiet mens nye skinner blir laget.

Merk: Oppbevar all de gamle regulerings skinnene i en ren plastpose eller slik tannlegen instruerer deg. Hold dem utenfor rekkevidde for mindre barn og kjæledyr.

Vanlige spørsmål og svar.

SP: Vil behandlingen være smertefull?

SV: De fleste opplever følsomme tenner noen dager etter starten på hvert trinn. Dette er normalt. Det er et tegn på at Invisalign-skinnene virker og at de beveger tennene dine mot det endelige målet. Denne følsomheten bør gradvis forsvinne etter et par dager etter at du satt inn de nye skinnene i serien. Hvis ikke, bør du snarest kontakte tannlegen.

SP: Vil bruken av Invisalign-skinnene påvirke min tale?

SV: Som med all tannregulering, kan reguleringsskinnene ha en midlertidig virkning på talen og du kan komme til å lespe litt en dag eller to. Etterhvert som tungen din blir vant til at skinnene sitter i munnen, skal lespeing og andre talevansker forsvinne.

SP: Hva skal jeg gjøre hvis min nye Invisalign reguleringsskinne ikke smetter på plass på tennene?

SV: Det er normalt at det er en viss uoverensstemmelse mellom nåværende tannstilling og den nye skinnen, ettersom tennene trenger tid til å tilpasse seg den nye skinneposisjonen. Hvis du har store problemer med tilpasning av skinnene, bør du snakke med tannlegen.

SP: Er det begrensninger for hva jeg kan spise?

SV: Generelt ikke. I motsetning til tradisjonell tannregulering, kan du vanligvis spise og drikke hva du vil, fordi du tar reguleringsskinnene ut når du spiser. Derfor er det ikke behov for å begrense spisingen eller kutte ut favorittmaten din, med mindre tannlegen ber deg om det.

SP: Er det OK å drikke varme eller kalde drikker mens jeg bruker Invisalign reguleringsskinner?

SV: Vi anbefaler at du kun drikker kaldt vann mens du bruker reguleringsskinner. Dette er for å unngå hulrom, flekker eller forvridding av skinnene med varme drikker eller varmt vann.

SP: Kan jeg tygge tyggegummi når jeg bruker Invisalign reguleringsskinner?

SV: NEI. Tyggegummi vil klistre seg til skinnene. Vi anbefaler at du fjerner skinnene for alle måltider eller småspising.

SP: Vil røyking eller annen tobakk misfarge skinnene?

SV: Vi anbefaler å unngå bruk av tobakk mens du bruker skinnene, da det kan føre til misfarging.

SP: Hvorfor har noen av skinnene mine knaster eller furer?

SV: Avhengig av din bestemte behandling kan noen av bevegelsene kreve "fester" eller "furer" for å hjelpe skinnene med å gripe tak i tennene. Disse knastene eller furene er hvor skinnene griper tak i festene som tannlegen plasserer på tennene dine. Festene er små stykker av et materiale som tannlegen limer på tennene dine og som skinnene griper tak i. Furene er smale innsnitt i reguleringsskinnene. Tannlegen din vil bruke en eller begge av disse funksjonene for å oppnå den ønskede bevegelsen.

SP: Hva skjer hvis jeg mister eller brekker en Invisalign reguleringsskinne?

SV: Dersom en skinne mistes eller ødelegges, må du melde fra til tannlegen med en gang. Tannlegen vil sannsynligvis be deg bruke det siste eller neste settet med skinner med en gang. Deretter vil tannlegen ganske sikkert bestille et nytt sett med reguleringsskinner for å erstatte dem du har mistet eller ødelagt. De vil ankomme få dager etter dette.

SP: Hva skjer hvis jeg mister eller brekker et feste?

SV: Dersom et feste mistes eller ødelegges, må du melde fra til tannlegen med en gang.

Merk: Hvis du har flere spørsmål etter å ha lest denne brosjyren, bør du snakke med tannlegen.

Advarsel: I sjeldne tilfeller kan enkelte pasienter være allergiske over plastmaterialet i reguleringsskinnene. I slike tilfeller må bruken innstilles og du må oppsøke tannlegen umiddelbart. Align Technology må også få beskjed. Tannreguleringsprodukter og deler av disse kan bli svelget eller innåndet og kan være skadelige.

Português (Portuguese)

Utilizar e manusear os aligners Invisalign.

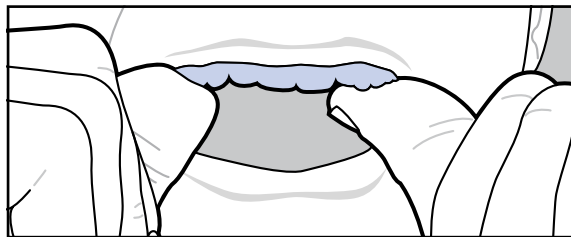
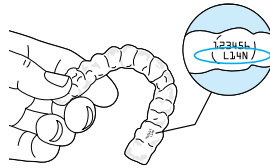
Seguem-se alguns conselhos para garantir a utilização adequada e evitar danos nos seus aligners.

Lembre-se sempre de

1. Utilizar os seus aligners de acordo com as instruções do seu dentista, geralmente 20-22 horas por dia.
2. Lavar bem as mãos com sabão antes de manusear os seus aligners.
3. Manusear UM aligner de cada vez.
4. Enxaguar os aligners depois de os retirar da caixa.

Inserção do aligner

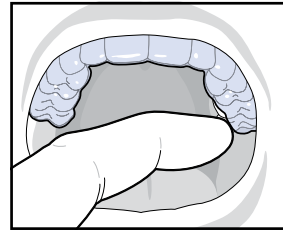
1. Certifique-se de que tem o aligner correto – o superior para os dentes superiores e o inferior para os dentes inferiores.
2. Para evitar confusão, cada aligner está marcado com o número exclusivo de processo, um "U" para o arco superior e um "L" para o arco inferior, seguidos do número de fase de tratamento.
3. O primeiro aligner a ser inserido pode ser o superior ou o inferior. Ao inserir cada aligner, empurre-o suavemente em direção aos dentes da frente. Depois, utilizando as pontas dos dedos, aplique a mesma pressão aos topos dos molares (dentes de trás) esquerdo e direito, até que o aligner encaixe.



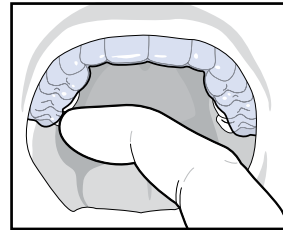
4. NÃO morda os aligners para os encaixar. Ao fazê-lo, pode danificá-los.

Nota: Se sentir dor aguda ou um desconforto significativo, pare de utilizar os aligners e contacte o seu dentista.

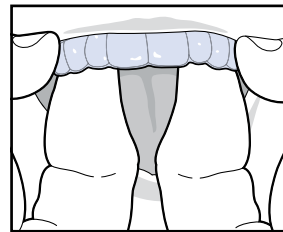
Extração do aligner



1. Num dos lados da boca, utilize a ponta do dedo no interior do molar traseiro para puxar lentamente o aligner e retirá-lo dos molares.



2. Repita este processo no outro lado da boca antes de tentar retirar completamente o aligner.



3. Assim que o aligner estiver separado dos molares em ambos os lados da boca, deverá ser possível desencaixar a parte da frente, retirando lentamente o aligner com as pontas dos dedos.

Nota:

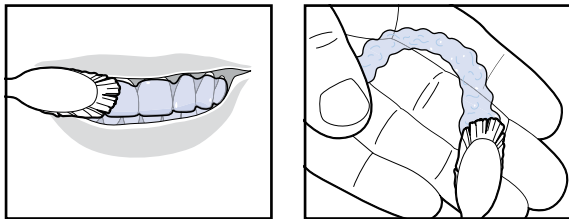
- Enxague imediatamente o aligner com água, retire a água em excesso e armazene-o no estojo incluído no kit inicial.
- De forma a ajudar a prevenir danos nos aligners, evite a sua extração desnecessária.
- Retire os aligners com cuidado, especialmente se estiverem a ser utilizados vários acessórios.
- Não utilize força excessiva para dobrar ou torcer um aligner ao retirá-lo.
- NÃO utilize nenhum objeto afiado para retirar os aligners.
- Consulte o seu dentista se tiver dificuldades significativas em retirar os aligners.

Cuidados diários e manutenção dos seus aligners Invisalign.

1. Limpe os aligners antes de cada inserção. Utilize uma escova de dentes macia com água e uma pequena quantidade de pasta de dentes. Poderá ser mais fácil limpar o exterior dos aligners ao escová-los enquanto estes estiverem colocados nos dentes e depois retirá-los e limpar as superfícies interiores.

Nota: Certifique-se que enxagua cuidadosamente cada aligner com água após cada limpeza. Também se recomenda a utilização dos produtos de limpeza de aligners Invisalign uma vez por semana, ou conforme necessário.

2. NÃO utilize produtos de limpeza de dentaduras para limpar os aligners. NÃO os enxague em elixir. Estes produtos podem danificar a superfície do aligner, tornando-a opaca e mais visível.



Higiene Oral Adequada

1. Retire os aligners para comer e beber. (Não necessita de remover os aligners para beber água fria).
2. Escove os dentes e aplique fio dental após cada refeição ou ingestão de alimentos antes da reinserção dos aligners. Caso não tenha acesso ao sistema de limpeza ou a uma escova de dentes, deverá simplesmente enxaguar a boca e depois lavar os aligners, mantendo-os sob água morna corrente. Não é o melhor método de limpeza, mas é bastante rápido. Certifique-se que limpa com cuidado os aligners logo que tenha oportunidade.
3. Se tiver alguma questão relativamente a técnicas de higiene, consulte o seu dentista.
4. Recomenda-se a realização de check-ups e limpezas dentárias regulares para a saúde continuada dos seus dentes e gengivas.

Guardar os seus Aligners Invisalign

O kit inicial inclui dois estojos para aligners: um estojo azul e um estojo vermelho (ou cor de laranja). Recomenda-se guardar os aligners Invisalign num estojo quando não estiverem a ser utilizados. Isto ajudará a evitar a perda ou danos nos mesmos.

Atribua o estojo azul à "fase atual". Guarde os aligners que estiver a utilizar (por ex. fase n.º 1) neste estojo.

Quando for altura de passar para a fase seguinte (por ex. fase n.º 2), transfira os aligners anteriores (por ex. fase n.º 1) para o estojo vermelho (ou cor de laranja). Mantenha sempre os últimos aligners utilizados neste estojo. Se o aligner atual se perder ou estiver partido, o seu dentista pode aconselhar retroceder uma fase e utilizar os aligners do estojo vermelho (ou cor de laranja) enquanto é fabricado um aligner de substituição.

Nota: Mantenha todos os aligners antigos num saco de plástico limpo, ou conforme as instruções do dentista. Mantenha-os fora do alcance de crianças e animais.

Perguntas e respostas frequentes.

P: O tratamento é doloroso?

R: A maioria das pessoas sente dor nos dentes durante alguns dias após o início de cada fase. Isto é normal. É um sinal de que os aligners Invisalign estão a funcionar corretamente, movendo os dentes para o seu destino final. Esta dor desaparecerá gradualmente alguns dias após a inserção do novo aligner da série. Se não desaparecer, contacte o seu dentista.

P: A utilização dos aligners Invisalign vai afetar a minha fala?

R: Como acontece em todos os tratamentos ortodônticos, os aligners podem afetar temporariamente a fala, e pode experimentar um ligeiro cicio durante um ou dois dias. No entanto, à medida que a língua se habitua à presença dos aligners na boca, qualquer cicio ou ligeiro impedimento da fala causado pelos aligners deverá desaparecer.

P: O que devo fazer se o meu novo aligner Invisalign não encaixar nos dentes?

R: É normal existirem algumas discrepâncias menores entre o novo aligner e a posição atual dos dentes, já que os dentes precisam de tempo para se habituarem à posição do novo aligner. No caso de sentir dificuldades significativas em encaixar o aligner, informe o seu dentista.

P: Existe alguma restrição relativamente ao que posso comer?

R: Geralmente não. Ao contrário dos aparelhos ortodônticos tradicionais, pode geralmente comer e beber o que quiser porque retira os aligners antes de o fazer. Dessa forma, não é preciso limitar o consumo de qualquer um dos seus alimentos favoritos, a não ser que o seu médico lhe dê instruções em contrário.

P: É possível ingerir bebidas quentes ou frias ao utilizar os aligners Invisalign?

R: Recomenda-se que não seja ingerida comida nem bebida, à exceção de água fria, enquanto estiver a utilizar os aligners. Isto serve para evitar a formação de cáries e manchas ou a deformação dos aligners que pode ocorrer se ingerir bebidas muito quentes.

P: Posso mascar pastilha elástica enquanto estiver a utilizar os aligners Invisalign?

R: NÃO. A pastilha elástica ficará colada aos aligners. Recomenda-se que retire os aligners em todas as refeições ou ingestão de alimentos.

P: Fumar ou mascar tabaco vai manchar os aligners?

R: Não é recomendado o consumo de tabaco durante a utilização dos aligners devido à possibilidade de descoloração dos mesmos.

P: Por que é que os meus aligners têm protuberâncias ou saliências?

R: Dependendo do tratamento específico, alguns movimentos necessitam de “acessórios” ou “saliências” para ajudar o aligner a segurar os dentes. Estas protuberâncias, ou reentrâncias, são locais onde o aligner segura o acessório que o dentista coloca nos dentes. Os acessórios são pequenas peças de compósito fixas nos dentes pelo dentista, que são depois seguras por protuberâncias nos aligners. As saliências são recortes finos nos aligners. O médico utilizará uma ou ambas as características para tentar alcançar o movimento desejado.

P: O que faço se perder ou partir o meu aligner Invisalign?

R: No caso de perder ou partir um aligner, deve informar imediatamente o seu dentista. O seu dentista irá pedir-lhe para começar a utilizar imediatamente o conjunto anterior de aligners. Será possivelmente pedido um novo conjunto de aligners de substituição, que deverão chegar dentro de alguns dias.

P: O que faço se perder ou partir um acessório?

R: No caso de perder ou partir um acessório, deve contactar imediatamente o seu dentista.

Nota: Se tiver outras questões após a leitura deste panfleto, consulte o seu dentista.

Aviso: Em casos raros, alguns pacientes poderão ser alérgicos ao material de plástico do aligner. Nesses casos, interrompa a utilização e consulte imediatamente um profissional de saúde. A Align Technology também deve ser notificada. Os aparelhos ortodônticos ou as peças dos mesmos podem ser acidentalmente ingeridos ou inalados e serem prejudiciais.

Español (Spanish)

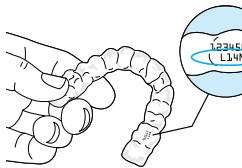
Cómo llevar y utilizar los aligners Invisalign.

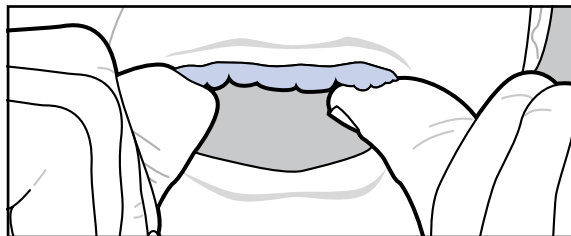
A continuación ofrecemos algunos consejos para garantizar el uso adecuado de los aligners y evitar que se dañen.

Recordar siempre

1. Llevar los aligners conforme a lo indicado por el doctor, generalmente entre 20 y 22 horas al día.
2. Lavarse las manos con abundante agua y jabón antes de coger los aligners
3. Coger sólo UN aligner a la vez.
4. Enjuagar los aligners con agua al sacarlos del envoltorio.

Inserción del aligner

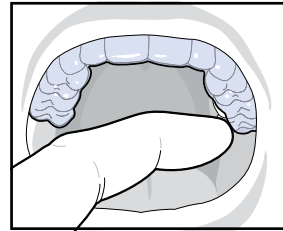
1. Asegurarse de tener el aligner correcto: el superior para los dientes superiores y el inferior para los dientes inferiores.
2. Para evitar confusiones, cada aligner está marcado con el número del estuche, con una "U" para el superior y una "L" para el inferior, seguido del número de etapa.
3. Se puede colocar primero el aligner superior o el inferior. Al insertar cada aligner, empujarlo suavemente hacia los dientes delanteros. Aplicar a continuación la misma presión con las yemas de los dedos a las partes superiores de los molares izquierdos y derechos (dientes posteriores) hasta que el aligner encaje en su sitio.



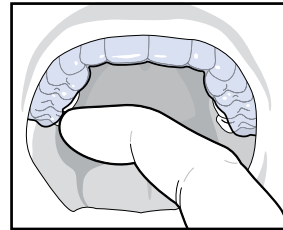
4. NO morder los aligners para colocarlos en su sitio. Podrían dañarse.

Nota: en caso de dolor agudo o malestar considerable, dejar de utilizar los aligners y ponerse en contacto con el dentista.

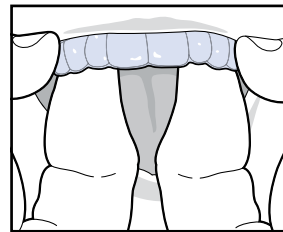
Extracción de los aligners



1. En un lado de la boca, usar la punta de sus dedos por dentro del último molar para tirar con suavidad del aligner sacándolo de los molares.



2. Repetir este proceso en el otro lado de la boca antes de intentar extraer el aligner totalmente.



3. Una vez que el aligner esté desenganchado de los molares en ambos lados de la boca, se debería poder llevarlo lentamente hacia afuera sacando con suavidad el aligner de los dientes con la punta de los dedos.

Nota:

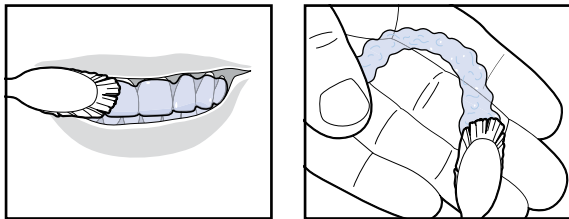
- Enjuagar inmediatamente los aligners, sacudirlos para quitarles el exceso de agua y guardarlos en el estuche protector suministrado con el kit inicial.
- No quitarse los aligners a menos que sea necesario para evitar que se dañen.
- Se debe tener cuidado al quitarse los aligners, especialmente si se utilizan varios attachments.
- No emplear demasiada fuerza en doblar y girar un aligner para sacarlo.
- NO UTILIZAR objetos afilados para quitarse los aligners.
- Consultar con el dentista si los aligners son muy difíciles de quitar.

Cuidado diario y mantenimiento de los aligners Invisalign.

1. Limpiar siempre los aligners antes de ponérselos. Utilizar un cepillo de dientes de cerdas suaves con agua y un poco de pasta de dientes. Es posible que sea más fácil limpiar la parte exterior de los aligners cepillándolos cuando están encajados en los dientes y extraerlos después para limpiar las superficies interiores.

Nota: Asegurarse de enjuagar cada aligner con abundante agua tras cada limpieza. También se recomienda utilizar el sistema de limpieza del aligner Invisalign una vez a la semana, o cuando sea necesario.

2. NO utilizar limpiadores de prótesis dentales para limpiar los aligners. No meterlos en enjuague bucal. Este tipo de productos puede dañar la superficie del aligner, volviéndola más pálida y visible.



Higiene bucal adecuada

1. Quitarse los aligners para comer y beber. (No hace falta quitárselos para beber agua fría.)
2. Cepillarse los dientes y pasarse el hilo dental después de cada comida antes de volver a ponerse los aligners. Si no se tiene a mano el sistema de limpieza o el cepillo de dientes, simplemente enjuagarse la boca y limpiar enseguida los aligners, sosteniéndolos debajo de un chorro de agua caliente. No es la mejor forma de limpiarlos, pero puede funcionar en caso de necesidad. Asegurarse de limpiarlos a fondo tan pronto como sea posible.
3. En caso de dudas en relación con las técnicas de higiene, se ruega consultarlas con el dentista.
4. Es recomendable acudir a revisiones y limpiezas regulares en el dentista para que los dientes y las encías sigan estando sanos.

Almacenamiento de los aligners Invisalign

El kit inicial incluye dos estuches para guardar los aligners, uno azul y otro rojo (o naranja). Es recomendable guardar los aligners Invisalign en un estuche cuando no se lleven en la boca. De esta forma se evitan eventuales pérdidas o daños.

El estuche azul se utiliza para la "etapa actual". Guardar los aligners actualmente en uso (por ejemplo, los de la etapa n.º 1) en este estuche.

Cuando se deba cambiar a la siguiente etapa (por ejemplo, la etapa n.º 2), pasar los aligners anteriores (por ejemplo, los de la etapa n.º 1) al estuche rojo (o naranja). Guardar siempre en este estuche los aligners utilizados más recientemente. Si el aligner actual se ha perdido o se ha roto, el dentista puede recomendar utilizar temporalmente los aligners del estuche rojo (o naranja) mientras se fabrica el nuevo aligner de sustitución.

Importante: guardar todos los aligners anteriores en una bolsa de plástico limpia, o donde lo indique el dentista. Mantenerlos fuera del alcance de niños pequeños y mascotas.

Preguntas frecuentes y respuestas.

P: ¿Duele el tratamiento?

R: La mayoría de la gente siente dolor en los dientes durante unos días tras comenzar cada nueva fase. Se trata de algo normal. Es un indicador de que los aligners Invisalign funcionan y están moviendo los dientes a su lugar de destino. Este dolor debe ir desapareciendo poco a poco en un par de días después de introducir el nuevo aligner de la serie. Si no es así, se recomienda llamar inmediatamente al dentista.

P: ¿Me afectará el habla llevar los aligners Invisalign?

R: Igual que todos los tratamientos ortodóncicos, los aligners pueden afectar temporalmente el habla, causando un ceceo que dura uno o dos días. Sin embargo, a medida que la lengua se acostumbra a la presencia de los aligners en la boca, deberá desaparecer cualquier ceceo o problema del habla.

P: ¿Qué debo hacer si mi nuevo aligner Invisalign no se ajusta a mis dientes?

R: Es normal que haya pequeñas diferencias entre el nuevo aligner y la posición actual de los dientes, ya que los dientes necesitan tiempo para acomodarse a la nueva posición del aligner. En caso de presentarse problemas significativos con el ajuste del aligner, se debe informar al doctor.

P: ¿Hay restricciones con respecto a la comida?

R: En general, no. A diferencia de los tratamientos ortodóncicos tradicionales, no hay limitaciones en cuanto a comidas y bebidas, ya que los aligners deben quitarse para comer. Por tanto, no hay razones para restringir el consumo de determinadas bebidas y aperitivos favoritos, a menos que así lo indique el dentista.

P: ¿Pasa algo si tomo bebidas frías o calientes mientras llevo los aligners Invisalign?

R: A excepción de agua fría, recomendamos no beber mientras se lleven puestos los aligners. De esta manera se evitará la formación de caries y manchas, o que los aligners se deformen con las bebidas calientes.

P: ¿Puedo masticar chicle mientras llevo puestos los aligners Invisalign?

R: NO. El chicle se pegará a los aligners. Recomendamos quitarse los aligners al tomar aperitivos o comidas.

P: ¿Fumar o masticar tabaco puede manchar los aligners?

R: No recomendamos el consumo de tabaco mientras se llevan los aligners, ya que estos pueden decolorarse.

P: ¿Por qué algunos aligners tienen bultos o protuberancias?

R: Dependiendo de cada tratamiento específico, algunos movimientos requieren "attachments" o "protuberancias" para ayudar a que el aligner se agarre a los dientes. Esos bultos o pocillos son los puntos en los que el aligner se agarra al attachment que el dentista coloca en los dientes. Los attachments son en realidad pequeñas piezas de cerámica que el dentista fija a los dientes y que a su vez están sujetos por los bultos de los aligners. Las protuberancias son finas hendiduras en los aligners. El dentista utilizará uno de esos dos elementos para intentar conseguir el movimiento deseado.

P: ¿Qué pasa si un aligner Invisalign se pierde o se rompe?

R: En caso de que un aligner se pierda o se rompa, se debe informar inmediatamente al dentista. El dentista probablemente prescribirá colocarse enseguida el juego anterior o siguiente de aligners. Puede que el dentista encargue un nuevo juego de aligners para reemplazar los aligners perdidos, que deberá estar disponible en unos días.

P: ¿Qué pasa si un attachment se pierde o se rompe?

R: En caso de que un attachment se pierda o se rompa, se debe informar inmediatamente al dentista.

Nota: en caso de haber más preguntas una vez leído este folleto, se ruega consultarlas con el dentista.

Advertencia: en casos excepcionales, algunos pacientes pueden presentar reacciones alérgicas al material plástico del aligner. En estos casos, se debe interrumpir su uso y consultar inmediatamente a un médico. También se debe informar a Align Technology. Los dispositivos ortodóncicos, o algunas de sus piezas, pueden ser ingeridos o aspirados accidentalmente y resultar nocivos.

Svenska (Swedish)

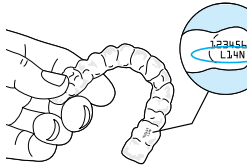
Att bära och använda dina Invisalign tandskenor.

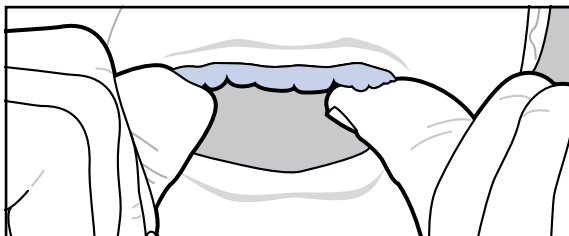
Här följer några tips om korrekt användning av, och hur man undviker att skada, sina tandskenor.

Kom alltid ihåg att

1. Bära dina tandskenor enligt din tandläkares anvisningar, vanligen 20-22 timmar per dag.
2. Tvätta händerna grundligt med tvål och vatten innan du hanterar dina tandskenor.
3. Hantera bara EN tandskena i taget.
4. Skölj dina tandskenor när du tar ut dem ur förpackningen.

Att sätta in tandskenor

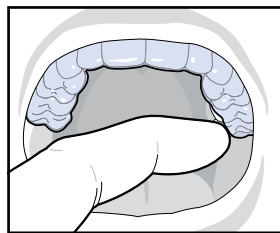
1. Se till att du använder rätt tandskena – den övre i överkäken och den nedre i underkäken.
2. För att underlätta är varje tandskena märkt med ditt unika behandlingsnummer, ett "U" för överkäken och ett "L" för underkäken, följt av ett ordningsnummer.

3. Du kan sätta in antingen övre eller nedre tandskenan först. När du sätter in tandskenan, tryck den försiktigt över framtänderna. Använd sedan fingertopparna för att trycka mot de bakersta tänderna med lika tryck på vänster och höger sida tills tandskenan snäpper på plats.



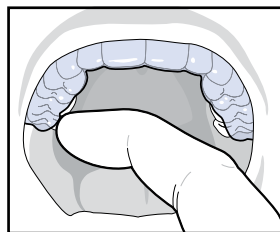
4. Bit INTE för att få tandskenorna på plats. Det kan skada dem.

Obs! Om du känner stark smärta eller andra betydande besvär ska du sluta använda tandskenorna och kontakta din tandläkare.

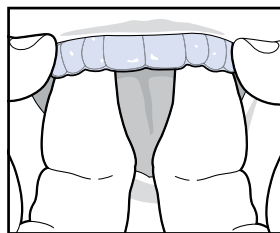
Att ta bort tandskenor



1. Använd en fingertopp för att på insidan av den bakersta tanden sakta dra loss tandskenan från de bakre tänderna.



2. Upprepa på andra sidan av munnen innan du försöker att ta bort tandskenan helt och hållet.



3. Så snart tandskenan lossnat från de bakre tänderna på båda sidor av munnen kan du sakta arbeta dig framåt längs käken och försiktigt bända bort tandskenan från tänderna med fingertopparna.

Obs!

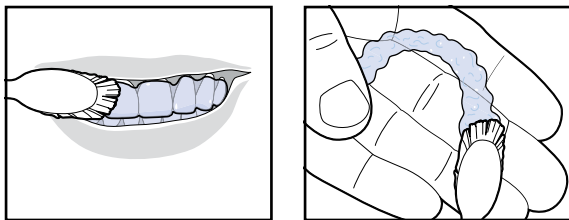
- Skölj genast tandskenan med vatten, skaka bort överflödigt vatten och förvara dina tandskenor i det skyddsfolrad du fick tillsammans med startpaketet.
- För att undvika skador bör du inte ta bort tandskenorna i onödan.
- Var försiktig när du tar bort tandskenorna, särskilt om du har flera extrafästen.
- Använd inte kraft för att böja eller vrida loss en tandskena.
- ANVÄND INTE vassa föremål för att ta bort tandskenorna.
- Rådgör med din tandläkare om tandskenorna är mycket svåra att ta bort.

Daglig vård och skötsel av dina tandskenor från Invisalign.

1. Rengör dina tandskenor varje gång innan du använder dem. Använd vatten och lite tandkräm på en mjuk tandborste. Det kan vara enklast att rengöra tandskenornas utsidor medan de fortfarande sitter på tänderna, ta sedan bort skenorna för att rengöra insidorna.

Obs! Se till att varje skena sköljs noggrant med vatten efter varje rengöring. Vi rekommenderar också att du använder Invisaligns rengöringsprodukter för tandskenor en gång i veckan eller vid behov.

2. Använd INTE rengöringsprodukter för tandproteser för att rengöra tandskenorna. Dränk INTE in dem i munvatten. Dessa produkter kan skada tandskenans yta, vilket gör att den blir matt och syns tydligare.



God munhygien

1. Tandskenorna bör tas ut när du ska äta och dricka. (Du behöver inte ta ut tandskenorna för att dricka kallt vatten.)
2. Borsta tänderna och använd tandtråd efter varje måltid eller mellanmål innan tandskenorna sätts in igen. Om du inte har tillgång till Invisaligns rengöringssystem eller tandborste, kan du helt enkelt skölja munnen och sedan rengöra tandskenorna genom att hålla dem under rinnande varmt vatten. Detta är inte det bästa rengöringssättet, men det fungerar i undantagsfall. Se till att rengöra dina tandskenor grundligt så snart som möjligt.
3. Om du har några frågor om hygien teknik, rådgör med sin tandläkare.
4. Regelbundna tandkontroller och rengöring rekommenderas för att bibehålla hälsan hos dina tänder och tandkött.

Att förvara Invisalign tandskenor

Två fodral ingår i ditt startpaket, ett blått fodral och ett rött (eller orange) fodral. Vi rekommenderar att du förvarar dina tandskenor från Invisaligns i fodralet när du inte har dem i munnen. Detta hjälper till att förhindra att du tappar bort dem eller att de blir skadade.

Använd det blå fodralet för ditt "nuvarande ordningsnummer". Förvara de tandskenor du använder för närvarande (t ex ordningsnummer 1) i detta fodral.

När det är dags att byta till nästa ordningsnummer (t ex ordningsnummer 2) flyttar du föregående skenor (t ex ordningsnummer 1) till det röda (eller orangea) fodralet. Förvara alltid de tandskenor du använde senast i detta fodral. Om du tappar bort en tandskena som du använder nu eller den blir skadad, kan din tandläkare rekommendera att du tillfälligtvis går tillbaka ett ordningsnummer och använder en tandskena ur det röda (eller orangea) fodralet medan en ersättningskena tillverkas.

Obs! Spara alla dina äldre tandskenor i en plastpåse eller enligt din tandläkares anvisningar. Håll dem utom räckhåll för små barn och husdjur.

Vanliga frågor och svar.

Fråga: Gör det ont att bära tandskenor?

Svar: De flesta upplever ömhet i tänderna ett par dagar efter början på varje nytt ordningsnummer. Detta är normalt. Det visar att Invisalign-tandskenorna fungerar och flyttar dina tänder dit de ska. Ömheten går gradvis över på ett par dagar efter det att du börjat med ett nytt ordningsnummer i serien. Om den inte gör det, rådgör genast med din tandläkare.

Fråga: Kommer mitt tal att påverkas av att jag bär Invisalign tandskenor?

Svar: Som alla tandregleringsbehandlingar kan tandskenorna påverka ditt tal så att du kan få en svag läspning under en vecka eller två. Efterhand som din tunga vänjer sig vid att ha tandskenor i munnen kommer läspningar eller andra smärre talstörningar orsakade av tandskenorna att försvinna.

Fråga: Vad ska jag göra om mina nya tandskenor inte snäpper på plats på tänderna?

Svar: Mindre olikheter mellan den nya tandskenan och nuvarande tandposition är normalt eftersom tänderna behöver tid för att anpassa sig till sin nya position. Om du har betydande problem med tandskenornas passform bör du informera din tandläkare.

Fråga: Finns det några restriktioner avseende vad jag kan äta?

Svar: I allmänhet, nej. Olikt traditionell tandreglering kan du vanligen äta och dricka vadhelst du vill eftersom du tar bort tandskenorna medan du äter. Därmed finns det inget behov av restriktioner utan du kan äta dina favoriträtter och mellanmål såvida inte din tandläkare säger något annat.

Fråga: Går det bra att dricka varma eller kalla drycker när jag bär Invisalign tandskenor?

Svar: Med undantag för kallt vatten rekommenderar vi att inte äta eller dricka när du bär tandskenorna. Detta för att undvika hål eller fläckar på tänderna eller att tandskenorna blir skeva vilket kan inträffa om man dricker heta drycker.

Fråga: Går det bra att tugga tuggummi när jag bär Invisalign tandskenor?

Svar: NEJ Tuggummi fastnar i tandskenorna. Vi rekommenderar att du tar ut tandskenorna vid alla måltider och mellanmål.

Fråga: Kan tandskenorna fläckas av att röka eller snusa?

Svar: Vi rekommenderar att man inte använder tobak medan man använder tandskenor på grund av risken att skenorna missfärgas.

Fråga: Varför har några av mina tandskenor bulor eller räfflor?

Svar: Beroende på din behandling kan vissa rörelser kräva ytterligare "fästanordningar" eller "räfflor" för att hjälpa till att få tandskenan att fästa på tänderna. Dessa bulor, eller gropar, är där dina tandskenor får grepp om de fästen som din tandläkare fäster på dina tänder. Fästena är i själva verket små mängder av komposit som tandläkaren fäster på dina tänder för att tandskenornas bulor ska få tag. Räfflorna är små fördjupningar i dina tandskenor. Din tandläkare kommer att använda en eller bägge av dessa för att åstadkomma önskad förflyttning av tänderna.

Fråga: Vad ska jag göra om jag har sönder eller tappar bort en tandskena?

Svar: Om du tappar bort en tandskena eller den går sönder bör du omedelbart kontakta din tandläkare. Din tandläkare kommer troligen att be dig använda din senaste eller kommande uppsättning tandskenor genast. Han/hon kommer kanske att beställa en ny uppsättning tandskenor som ersätter de du just förlorat, de bör komma inom några dagar.

Fråga: Vad ska jag göra om jag tappar eller har sönder ett fäste?

Svar: Om du tappar eller har sönder ett fäste bör du omedelbart kontakta din tandläkare.

Obs! Om du har ytterligare frågor efter att ha läst denna broschyr, rådgör med din tandläkare.

Varning: I sällsynta fall kan vissa patienter vara allergiska mot plastmaterialet i tandskenan. I sådant fall ska behandlingen avbrytas och professionell hälsovård omedelbart konsulteras. Align Technology bör också meddelas. Tandregleringshjälpmedel eller delar av dem kan oavsiktligt råka sväljas eller inandas, vilket kan vara skadligt.

