



INSTRUCCIONS SOBRE LA CURA I EL MANTENIMENT DELS TEUS APARELLS FIXES

1) Aparells fixes

- Són aquells que col·loquem sobre les teves dents de manera permanent o fins a acabar el tractament. Només els has de cuidar bé.
- Nosaltres els anomenem bandes, brackets o arcs. Els primers dies després de col·locar-los fins que t'acostumes a la força que fan, pots sentir una molèstia, sobretot al mastegar.
- Si molesta molt, pots prendre't algun calmant que habitualment facis servir (per exemple, per al mal de cap, etc.).
- Si notes que algun bracket et fa ferida o fregament, talla una mica de cera, estova-la amb els dits, fes una boleta i posa-la sobre el bracket que et molesta. T'alleujarà força. Si el frec és molt molest, truca'ns a la clínica.
- També s'alleujaran aquests frecs amb glopeigs antisèptics que pots comprar a la farmàcia, però el més important és mantenir la boca neta de placa bacteriana per evitar qualsevol tipus de complicació.
- També pot passar, però és normal, que tinguis sensació que les dents s'afluixen. Això indica que els aparells estan actuant. D'aquí unes setmanes, deixaràs de tenir aquesta sensació.

2) Incidències

Truca per telèfon i et donarem instruccions davant qualsevol d'aquestes circumstàncies: trencament de l'aparell, banda desenganxada, irritació que no cedeix tot i una bona higiene en una setmana, bracket desenganxat o deformació de l'arc per haver menjat aliments excessivament durs o enganxosos.

3) Aliments no recomanats

- **Molt durs:** "quicos", avellanes, ametlles, etc.
- **Enganxosos:** xiclets, caramels, etc.
- **Prohibit tallar:** pomes, entrepans de pa que no sigui tou, i altres aliments que et suposin estirar per menjar-te'ls. Fes servir el ganivet per tallar.

4) Neteja

- Raspalla els aparells, les dents i les genives, sobretot després de tots els àpats.
- Almenys un cop al dia, la neteja ha de ser especialment a fons.
- Esbandides amb fluor després de cada raspallat, imprescindible a la nit.

5) Depèn de tu

Si hi col·labores, acabarem el teu tractament en el temps previst o abans. No dubtis a consultar-nos qualsevol qüestió.

Esperem la teva col·laboració