



INFORMATIONEN ZUR RETENTIONSPHASE (OHNE RETAINER)

Lauterstraße 10
67657 Kaiserslautern

Tel.: 0631.360 9000
Fax: 0631.363 3445

info@kfo-kaiserslautern.de
www.kfo-kaiserslautern.de

liebe Patientin, lieber Patient,

durch die kieferorthopädische Behandlung hat sich die Stellung Deiner Zähne und Deiner Kiefer normalisiert. Um sie in dieser neuen Stellung zu halten, hast Du zwei herausnehmbare Zahnspangen oder Schienen erhalten, die Du ab jetzt tragen sollst. Diese Phase wird Retentionsphase (von to retain [engl.]: beibehalten) genannt.

Wie lange behältst Du die Zahnspange oder Schiene?

Wenn Du keine anderen Angaben von uns erhalten hast, kannst Du Dich an dem folgenden Schema orientieren:

Die ersten drei Monate trägst Du die Zahnspangen oder Schienen den ganzen Tag, die nächsten drei Monate nur nachmittags und nachts, die folgenden sechs Monate nur noch nachts.

Nach Ablauf dieser 12 Monate kannst Du die Tragedauer Schritt für Schritt nach dem folgenden Schema reduzieren: Ab dem 13. Monat trägst Du Deine Zahnspangen oder Schienen nur noch für insgesamt 6 Nächte in der Woche (jeweils weiter abwechselnd im Ober- und Unterkiefer), nach zwei weiteren Monaten, also ab dem 15. Monat, nur für insgesamt 5 Nächte usw.

Du darfst die Tragedauer jedoch nur dann Schritt für Schritt reduzieren, wenn die Zahnspangen oder Schienen spannungsfrei sitzen. Sollte dies nicht mehr der Fall sein, reduziere die Tragedauer nicht weiter, sondern trage sie wieder jeden Tag und jede Nacht. Sobald Du merkst, dass die Zahnspangen oder Schienen wieder spannungsfrei sitzen, beginnst du erneut mit dem oben beschriebenen Schema.

Das Gebiss verändert sich durch Wachstums- und Umbauprozesse jedoch ein Leben lang. Daher ist es wichtig, die Zähne dauerhaft, also ebenfalls ein Leben lang zu stabilisieren. Setze die Zahnspangen oder Schienen dazu ab und an wieder ein, auch wenn Du sie nach dem oben beschriebenen Schema nicht mehr tragen müsstest. Wenn diese dann nicht mehr spannungsfrei sitzen, musst Du sie wieder häufiger tragen, bis sie erneut gut passen. Daraufhin beginnst Du wieder mit dem oben beschriebenen Schema, in dem Du die Tragedauer schrittweise reduzierst.



Solange Deine Zähne gerade stehen, besteht nach wie vor die Möglichkeit, einen Metalldraht an der Innenseite Deiner Frontzähne zu befestigen. Dieser Draht wird Retainer (von to retain [engl.]: beibehalten) genannt. Er sorgt dafür, dass sich die ästhetisch wichtigen Frontzähne nicht verschieben, ohne dass hierfür das konsequente Tragen einer Zahnspange oder Schiene notwendig ist. Wenn Du Fragen zum Thema Retainer hast, sprich uns bitte an. Wir helfen Dir gerne weiter.

Wann muss Dein Kieferorthopäde nach Deiner Zahnspange oder Schiene schauen?

Für eine erfolgreiche Stabilisierung Deiner Zähne müssen Deine Zahnspangen oder Schienen für etwa ein Jahr regelmäßig von uns kontrolliert werden. Bitte halte die dazu vereinbarten Termine ein und bringe sie zu jeder Kontrolle mit.

Wenn eine Deiner Zahnspangen oder Schienen klemmt, kaputtgegangen ist oder Du sie verloren hast, musst Du bitte möglichst schnell vorbeikommen. Unter der Telefonnummer 0631.360 9000 erhältst Du in diesen Fällen auch kurzfristig einen Termin.

Für den Zeitraum außerhalb unserer Sprechzeiten haben wir Dir Notfalltipps unter www.kfo-kaiserslautern.de zusammengestellt. Oftmals genügt schon ein kleiner Handgriff, um die Beeinträchtigung (zumindest Übergangsweise) selbst zu beheben.

Auf keinen Fall solltest Du Deine Zahnspangen oder Schienen nicht tragen. Deine Zähne können sich sonst schnell verschieben und die gesamte kieferorthopädische Behandlung wäre dann umsonst gewesen.

Dr. Sebastian Schamberger

Dein Team der Kieferorthopädie am Japanischen Garten