

## Instructies uitneembare beugel

- De uitneembare beugel werkt alleen als je hem goed draagt: de beugel moet dag en nacht gedragen worden, behalve bij tandenpoetsen en sporten. Een activator (blokbeugel, beugel om je onderkaak naar voren te bewegen) moet ook tijdens het eten worden uitgedaan.
- De eerste dagen na het plaatsen van de beugel kunnen de tanden, kiezen en (kaak-)spieren gevoelig zijn. Het is normaal dat je in het begin een beetje slist en dat je extra speeksel in je mond krijgt. Soms kunnen de wang, tong en lippen door de beugel geïrriteerd raken. De klachten nemen na een aantal dagen af. Des te beter je de beugel draagt, des te sneller je klachten afnemen. De meesten zijn na een week gewend aan de beugel.
- De uitneembare beugel wordt meestal elke maand door de tandarts worden gecontroleerd en eventueel bijgesteld,
- Met een beugel blijven meer voedselresten en aanslag achter. Daarom is het extra belangrijk dat je minstens 2 x per dag je tanden poetst. Poets je beugel minstens 1 x per dag met je tandenborstel en water (zie poetsinstructie ).
- Wees altijd voorzichtig met je beugel! Speel er niet mee in je mond of met je tong, doe hem niet steeds in en uit (hierdoor gaat hij los zitten) en eet geen harde of kleverige dingen (stokbrood, lolly, toffee, kauwgom, enz.) met de beugel.

## Het activeren van een expansieplaatje

Na 1 week wennen begin je met het aandraaien van de beugel:

- Plaats het sleuteltje in het slotje en draai hem een kwart slag in de richting van het pijltje.
- Doe dit om de dag.
- Iedere keer als de schroef wordt uitgedraaid voel je druk op de bovenkaak, soms ook in de neus. Na een paar minuten verdwijnt dit gevoel weer vanzelf.
- Bijt de beugel steeds goed aan, zodat hij goed op zijn plek komt en je druk op de bovenkaak voelt. Als de beugel niet goed op zijn plek komt, verbreedt de bovenkaak namelijk niet.

Na een aantal keren draaien kan er een spleet tussen de bovenvoortanden ontstaan. Schrik daar niet van, want hieraan kunnen we zien dat de beugel z'n werk doet en dat er sprake is van verbreding van de bovenkaak.