



INFORMATIONEN ZUR RETENTIONSPHASE (MIT 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, haben wir je einen Metalldraht an der Innenseite Deiner Frontzähne befestigt. Dieser Draht wird Retainer (von to retain [Engl.]: beibehalten) genannt. Zusätzlich hast Du zwei herausnehmbare Zahnsparingen oder Schienen zur Stabilisation derjenigen Zähne erhalten, die nicht durch die Retainer gefasst sind. Damit beginnt für Dich ab jetzt die Retentionsphase.

Wie lange behältst Du die Retainer?

Ein Retainer kann ein Leben lang im Mund verbleiben, es sei denn er ist defekt oder stört Dich sehr. Du solltest ihn jedoch mindestens vier Jahre behalten, da Deine Zähne in dieser Zeit noch nicht so gefestigt sind, wie sie es ohne kieferorthopädische Behandlung wären. Deswegen können sich in diesem Zeitraum Deine Zähne leicht verschieben und das wollen wir auf jeden Fall vermeiden.

Wie lange behältst Du die Zahnsparingen oder Schienen?

Wenn Du keine anderen Angaben von uns erhalten hast, trage Deine Zahnsparingen oder Schienen nach dem folgenden Schema:

Die ersten drei Monate der Retentionsphase trägst Du beide Zahnsparingen oder Schienen abends und nachts, die nächsten sechs Monate nur noch nachts. In den folgenden sechs Monate trägst Du sie nachts abwechselnd, das heißt in der einen Nacht die Zahnsparinge oder Schiene für den Oberkiefer, in der nächsten Nacht die Zahnsparinge oder Schiene für den Unterkiefer.

Nach Ablauf dieser 15 Monate kannst Du die Tragedauer Schritt für Schritt nach dem folgenden Schema reduzieren: Ab dem 16. Monat trägst Du Deine Zahnsparingen 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 18. Monat, nur für insgesamt 5 Nächte usw.



Du darfst die Tragedauer jedoch nur dann Schritt für Schritt reduzieren, wenn die Zahnsparngen 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 Zahnsparngen 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 Zahnsparngen 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.

• Wann muss Dein Kieferorthopäde nach Deinem Retainer, Deiner Zahnsparnge oder Schiene schauen?

Für eine erfolgreiche und problemlose Stabilisierung Deiner Zähne müssen sowohl Deine Retainer als auch Deine Zahnsparngen 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 sich ein Retainer gelöst hat, musst Du bitte möglichst schnell vorbeikommen. Unter der Telefonnummer 0631.360 9000 erhältst Du in diesen Fällen auch kurzfristig einen Termin. Bitte trage bis dahin Deine Zahnsparngen oder Schienen tagsüber und nachts, um zu verhindern, dass sich Deine Zähne verschieben.

• Auch wenn eine Deiner Zahnsparngen oder Schienen klemmt, kaputtgegangen ist oder Du sie verloren hast, musst Du bitte ebenfalls möglichst schnell vorbeikommen.

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.

Dr. Sebastian Schamberger

Dein Team der Kieferorthopädie am Japanischen Garten