

## Ihre neue Prothese

### Tipps zum schnelleren Eingewöhnen und Pflegehinweise

#### Alltag

- Üben Sie vor dem Spiegel das **Herausnehmen / Einsetzen** der Prothese
  - Passen Sie dabei bitte auf, dass Sie die Klammern nicht verbiegen
  - Passen Sie bitte auch auf Ihre Wangen oder Lippen auf, anfangs kann es passieren, dass Sie sich diese einklemmen können
- Üben Sie **lautes Vorlesen**
  - Achten Sie dabei vor allem auf Wörter mit „s“ (z.B. Mississippi oder 66), dieser Laut ist oft anfangs etwas schwieriger zu sprechen
- Ihre Prothese lagert sich **innerhalb 1 - 2 Wochen** richtig in die Schleimhaut ein.
  - In dieser Zeit kann es durchaus passieren, dass Ihr Zahnersatz noch nicht richtig saugt bzw. er noch etwas auf dem Kieferknochen schaukelt. Mit zunehmender Tragedauer passen sich die Prothese und die Schleimhaut einander an.
  - Während der Eingewöhnungszeit kann es zu Druckstellen (wunden Stellen) auf der Schleimhaut kommen. Auch dies ist anfangs normal und kann durch uns leicht behoben werden. Sobald Sie Druck oder Schmerzen an Ihrer Schleimhaut bemerken, kommen Sie bitte sofort vorbei.

#### Essen/ Trinken

- Vorsicht mit **heißer Nahrung und Getränken**
  - durch den Prothesen-Kunststoff bemerken Sie unter Umständen Heißes erst später als bisher (z. B. heißer Kaffee, Käse auf Pizza o. Ä.)
- **Trinken** Sie viel (ca. 2-3 Liter/ Tag)
  - Dies regt den Speichelfluss an, was den Halt Ihrer Prothese verbessert
- Beißen Sie **harte Nahrung** (Brötchen, Äpfel, Fleisch...) mit den **Seitenzähnen** ab
  - am Besten schneiden Sie Ihr Essen vorher in kleine Stücke, somit kann die Prothese weniger herunterkippen
- **Pürrieren** Sie Ihre Nahrung bitte **nicht**, Ihre Zähne sind zum Kauen da
  - Kaudruck auf den Kieferknochen verhindert seinen Abbau !

#### Pflege

- Legen Sie ein **Handtuch** o. Ä. in Ihr Waschbecken, bevor Sie den Zahnersatz herausnehmen
  - dies verhindert das Zerspringen des Kunststoffes und eine Reparatur
- Verwenden Sie **Haftcreme** nur nach unserer Anweisung
- Reinigen Sie abends Ihre Prothese mit einer **Handbürste** und einem Handspülmittel überall, danach legen Sie sie gegebenenfalls über Nacht in ein Glas mit Wasser
  - Verwenden Sie **keine Scheuermilch** als Reinigungsmittel!

**Bei Problemen oder weiteren Fragen stehen wir Ihnen jederzeit mit Rat und Tat zur Seite, gern können Sie uns telefonisch erreichen oder Sie schauen einfach in unserer Praxis vorbei.**