ZAHNARZTPRAXIS DRES. MED. DENT. PORWOL

Dr. med. dent. Georg Porwol
Dr. med. dent. Philipp Porwol

Poststraße 10
83435 Bad Reichenhall
Telefon 08651 2424
kontakt@dr-porwol.de
dr-porwol.de

PATIENTENINFORMATION

Tipps zur Michigan-/Apnoe-Schiene

Knirscher- und Schnarchschiene

Heute haben Sie von uns Ihre speziell für Sie angefertigte Knirscher- oder Apnoe-Schiene erhalten.

Michigan-Schiene · Sie dient zur Entspannung des Kiefergelenks und der Kaumuskulatur in der Nacht und auch tagsüber in Stresssituationen.

Apnoe-Schiene · Sie hält den Unterkiefer im Schlaf ein kleines Stück nach vorn. Das ermöglicht eine bessere Sauerstoffversorgung während der Schlafphase und verringert das Schnarchen. So kann sich die Schlafqualität verbessern und das Risiko für Folgeerkrankungen sinken.

Bitte beachten Sie folgende Hinweise

- Tragen Sie die Schiene vor allem **nachts** und gerne auch tagsüber (Michigan-Schiene), bei Hausarbeiten o. Ä.
- Reinigen Sie die Schiene bitte nach jedem Tragen mit **kaltem** Wasser und etwas Seife oder Zahnpasta mit einer Zahnbürste.
- Bitte verwenden Sie **nicht** die Reinigungstabletten für Prothesen aus der Drogerie.
- Bewahren Sie Ihre Schiene bitte stets in der von uns mitgegebenen **Dose** auf.
- Wenn Sie nachts aufgrund der Michigan-Schiene Probleme beim Schlafen haben, nehmen Sie sie heraus – Ihr Schlaf ist wichtiger. Vereinbaren Sie einen **Termin** bei uns, und wir sehen uns die Passform der Schiene noch einmal an.
- Essen Sie bitte **nicht** mit der Schiene. Wasser trinken ist kein Problem.
- Bitte bringen Sie Ihre Schiene ab jetzt zu jedem Kontrolltermin mit.

Alles Gute wünscht Ihnen
Ihr Praxisteam der Zahnarztpraxis Dres. med. dent. Porwol