

Polikliniken för tand- och munsjukdomar
tfn (06) 826 4701, mån-tors kl. 8-15, fre kl. 8-14

ANVÄNDNING AV BETTSKENA

Skenans syfte

Det är viktigt att använda bettskena när man behandlar problem med käkleden. Syftet med skenan är att ge underkäken ett jämnt stöd, att minska belastningen som riktas mot käkleden samt att få tuggmusklerna att slappna av. Skenen förhindrar även tändernas slitage.

Besöken på polikliniken är sammanlagt tre.

Användning

Skenan används på nätterna, men ibland kan den behöva användas även dagtid. I början kan det förekomma en del problem med användningen av skenan även om den tillverkats mycket omsorgsfullt. Under de första dygnen kan den kännas stor och klumpig och orsaka utökad salivutsöndring. I början kan skenan också leda till att man biter sig i kinden, och det kan uppstå skavsår i munnen. Dessa besvär går vanligtvis över. Om du fortsätter att ha besvär, kan skenan korrigeras i samband med kontrollen.

När skenan tas ur munnen på morgonen kan det kännas som om bettet inte stämmer. Det här är en naturlig följd av att tuggmusklerna slappnat av.

Vård

När man använder bettskena måste man sköta mycket omsorgsfullt om munhygienen. Innan skenan sätts i munnen borstas tänderna noggrant. Även om skenan inte används vid måltider, fastnar det bakterielager från munnen på den. Skenan bör rengöras dagligen med tandborste och mildt flytande tvättmedel (utspädd diskmedel). Tvättmedel som är avsedda för rengöring av skenan kan köpas på apotek. När skenan inte används, bevaras den rengjord i en ask som är avsedd för den.

Obs! Ta alltid med skenan då du besöker tandläkaren!