

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

## ANVISNINGAR FÖR ANVÄNDAREN AV FAST TANDSTÄLLNING

Fast tandställning används för att korrigera svåra bettfel och läget hos bestående tänder. Med bestående tandställning avses knoppar, fästansordningar eller ringar på kindtänderna samt trådbågar som fästs i dem för att flytta på tänderna.

Efter att tandställningen fästs och aktiverats känns tänderna i några dagar ömma när du tuggar.

Det är av största vikt att borsta tänderna omsorgsfullt och regelbundet enligt de givna anvisningarna eftersom tandställningen gör att det samlas mer plack, dvs. bakteriehinna, och matrester än vanligt på tänderna. Om tänderna borstas slarvigt, blir det sur plack kvar på tandens yta. Den orsakar permanent skada i tandemaljen runt fästansordningarna och orsakar även tandköttsinflammation.

Tänderna borstas på morgnarna och kvällarna med tandkräm som innehåller fluor samt med en mjuk och liten tandborste. Borsta särskilt noggrant vid tandkötet. Dessutom bör det användas tandpetare och tandtråd för att rengöra tandmellanrummen. Tandborsten slits ut snabbare än normalt p.g.a. tandställningen. Byt därför ut den tillräckligt ofta.

Fluortabletter som kan sugas ger extra skydd mot hål i tänderna. Du får anvisningar gällande dem från tandkliniken.

För att tandställningen inte ska gå sönder eller lossna, bör du undvika att äta hårt och segt godis. Det rekommenderas att du efter måltiderna tuggar på xylitol-tuggummi (en bit åt gången) i 5-10 minuter eller suger på en xylitol-pastill.

**Kontakta tandkliniken om tandställningen går sönder eller om du har andra problem med den.**