

## **Nå som du har et hodeplagg du kan ha noen spørsmål du ønsker besvart.**

### **Hva er hensikten med hodeplagg?**

Hodeplagg er brukt for å flytte de bakerste tennene, eller for å holde dem i deres nåværende stilling mens fortennene blir rettet. Unnlattelse av å bære hodeplagg som instruert kan forårsake at fortennene vil stikke ut ved slutten av behandlingen!

### **Er det noen spesielle instruksjoner jeg trenger å vite?**

Ja. Du skal bli vist hvordan du skal ta hodeplagg av og på mens du er under behandling. De viktige punkter til å huske er:

- Ta av hodeplagget FØR den indre bøyle. Aldri fjern eller tilpass hodeplagget samtidig ved å trekke det over ansiktet / hodet.
- Ikke ha hodeplagg mens du driver med idrett eller spill.
- Om natten, alltid sørg for at sikkerhetsmekanismen(e) er på plass for å hindre utilsiktet fjerning av hodeutstyret og ansiktsbøyle.
- Hvis en del av apparatet blir frittliggende under søvn, slutt å bruke hodeplagget og kontakt din kjeveortoped.
- Svært sjeldent har øyeskader skjedd mens iført hodeplagg. Hvis dette skulle skje, må det bli behandlet som et medisinsk nødsituasjon. Kontakt din lokale legevakt eller øyelege for å få hjelp så snart som mulig.
- Ta med hodeplagg til hver avtale og rapporter eventuelle problemer til kjeveortoped.

### **Vil det være smertefullt?**

Tennene kan gjøre vondt i ca 3 - 5 dager etter at hodeplagget har blitt montert. Hvis nødvendig, ta smertestillende som for eksempel de du normalt ville tatt mot hodepine (les instruksjonene på pakken ang. dose). **Ikke ta av hodeplagget på grunn av tannpine**, ellers vil du må gå gjennom ubehag igjen når du begynner å bruke det igjen.

### **Hvor lenge må jeg bære hodeplagg?**

Det er viktig for deg å bære hodeplagget for det antall timer som er angitt til deg av kjeveortoped. Hvis du ikke bruker det i riktigg antall timer, vil ikke behandlingen lykkes.

### **Kan jeg spise med hodeplagg på?**

Nei, det vil ikke være mulig for deg å spise og drikke med hodeplagget.

### **Hva om tannpuss?**

Det er viktig at du pusser tennene godt, tre ganger per dag og bruker en fluorid tannkrem. Du bør fjerne hodeplagg for å pusse tennene.

### **Hva gjør jeg hvis jeg har problemer iført hodeplagg?**

Hvis du har noen problemer med hodeplagget f.eks hodeplagg kommer av i løpet av natten, eller vil ikke holdes på plass: Du bør slutte å bruke den UMIDDELBART.

Ring opp for en avtale med kjeveortoped så snart som mulig. Ikke vent for neste planlagte avtale og sørg for at du tar alle deler av hodeplagget med.

Dagtid telefonnummer du skal kontakte dersom et skade oppstår, eller du har problemer med hodeplagg er: 55 61 20 90