

## Şeffaf Plak (Invisalign) Tedavisinde Dikkat Edilmesi Gerekenler

Şeffaf plaklarınızı hekiminizin size gösterdiği şekilde dikkatlice takıp, çıkarınız. Üst plağınızın üzerinde "U", alt plağınızın üzerinde "L" harfi bulunmaktadır. Lütfen doğru çeneye, doğru plağı yerleştiriniz.

Şeffaf plaklarınızın tam olarak oturduğuna emin olmadan dişlerinizi temas ettirmeyiniz. Aksi takdirde plaklarda kırık ve çatlaklar oluşabilir.

Şeffaf plaklarınızı çıkartırken plağın iç kısımlarından (sağ ve sol tarafı olacak şekilde), diş eti ve plak sınırı arasına tırnağınızı geçirerek nazikçe kuvvet uygulayınız.

Şeffaf plaklarınızı yemek yeme ve diş fırçalama saatleri dışında günde en az 20 saat takmaya özen gösteriniz.

Şeffaf plaklarınızı kutusuna yerleştirirken üst üste koymayınız. İç içe geçecek şekilde yan yana olacak şekilde yerleştiriniz.

Şeffaf plaklarınız takılıken sıcak olmayan içecekler tüketilebilir. Sıcak içecekler kullanılan plağın formunu bozabildiği için tavsiye edilmemektedir.

Şeffaf plaklar takılıken atıştırmalık dahi olsa hiçbir şey yememeniz plağın zarar görmemesi açısından önem arz etmektedir.

Yemeğinizi yedikten sonra dişlerinizi fırçalamanız ve sonrasında plağınızı takmanız, plağınızın renklenmesinin ve koku yapmasının önüne geçmektedir.

Yemek sonrası dişinizi fırçalayamadığınız durumlarda eğer plağınızda sizi rahatsız eden bir renklenme ya da koku yapma durumu oluşması durumunda, tedavi başlangıcında size verilen kutudaki temizleyici kristalleri kullanabilir, yada akan soğuk musluk suyunun altında sıvı sabun ve önceden diş macunu değmemiş bir diş fırçası ile plağınızın temizliğini gerçekleştirebilirsiniz. Dişinizi fırçalayamadığınız durumlarda plağı takmadan önce en azından ağızınızı su ile çalkalamanızı öneriyoruz.

Şeffaf plaklarınız takılıken sigara tüketimine bağlı sararma görülebilir. Fakat bu durum plaklar 10-14 günde bir yenisiyle değiştirileceği için ciddi bir sorun yaratmayacaktır.

Şeffaf plak tedavisinde konuşmanız ilk bir hafta bir miktar etkilenecektir. Fakat zamanla konuşmanızda düzelme gözlemlenecektir.

Şeffaf plak tedavisinde ilk zamanlarda plağın ağız içerisinde yarattığı baskıya bağlı bir miktar ağrı gözlenmesi normal durumdur. Bu durumlarda hekiminizin size tavsiye ettiği ağrı kesiciyi kullanabilirsiniz.

Şeffaf plaklarınızın kullanım süresi dolduktan sonra kesinlikle atmayınız. Süresi dolan plağınızı, şeffaf plak poşetinin üzerindeki numaraya dikkat ederek size verilen plak poşeti içerisinde muhafaza ediniz.

Şeffaf plak değişiminizden sonra ilk 2 gün, günde 2-3 defa olacak şekilde size verilen çiğneme apareyi ile hekiminizin gösterdiği şekilde çiğneme egzersizinizi yapmayı unutmayınız.

Şeffaf plak tedavinizin başlangıç aşamasında dişlerinize yapıştırılan ataşmanlarda düşme yaşanması durumunda doktorunuzu arayarak bilgilendiriniz.

Şeffaf plaklarınız; methylene diphenyl diisocyanate ve 1,6 hexanedioldan oluşan poliuretandan üretilmiştir. Bebek biberonlarında ve pet şişelerde kullanılan; birçok sağlık sorununa yol açtığı için Kanada, USA ve Avrupa Birliği tarafından yasaklanan Bisphenol-A veya fitalat (phtalates) maddelerini kesinlikle içermemektedir. Bu sebeple şeffaf plaklarınızı güvenle kullanabilirsiniz.