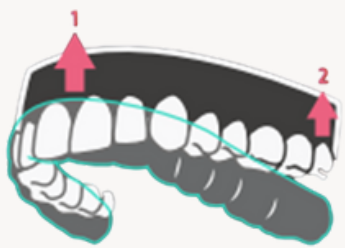




ข้อแนะนำสำหรับการใส่ Clear aligner ครั้งแรก

วิธีการใส่เครื่องมือ

1



- ทำการใส่ aligners โดยวาง aligners ไว้บริเวณฟันหน้าก่อน
- ค่อยๆใช้แรงกดเบาๆ ไล่จากฟันหน้าไปยังฟันหลัง โดยใช้มือประคองจนใส่เข้าตำแหน่งกดให้ลงอย่างนุ่มนวล
- ใช้นิ้วค่อยๆนวดให้ aligners แนบกับฟันมากขึ้น ห้ามกัด aligners เพื่อให้ลงตำแหน่ง

2



- ใช้ **CHEWY** ค่อยๆกัดจากฟันหลังด้านใดด้านหนึ่ง เลื่อนกัดมาทีละซี่จนถึงฟันหลังซี่สุดท้ายอีกด้านหนึ่ง
 - กัดเคี้ยววนกลับไปอีกครั้ง (โดยขณะที่กัด ต้องกัดเคี้ยวแล้วค่อยปล่อย แล้วค่อยเลื่อนไปกัดตำแหน่งต่อไป) จนมั่นใจว่า aligners ลงสนิทกับฟันพอดี ใช้เวลาประมาณ 3-4 นาที
- *ขั้นตอนนี้เป็นขั้นตอนที่สำคัญที่สุดในการใส่ aligners***

3

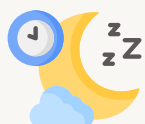
- คนไข้จะรู้สึกว่าการใส่ aligners แนบขึ้นและปวดฟันมากขึ้นหลังกัด **CHEWY** โดยเฉพาะในครั้งแรกที่เปลี่ยน aligners

4

- หลังใส่ aligners ช่วงแรก หรือเปลี่ยนขึ้น aligners ขึ้นใหม่ อาจจะมีอาการปวดเกิดขึ้นได้ 2-3 วัน
- คนไข้สามารถรับประทานยาพาราเซตามอล เพื่อบรรเทาอาการปวดได้ แต่ไม่แนะนำให้ทานยาในกลุ่ม NSAIDS เช่น Ibuprofen เนื่องจากยาในกลุ่มนี้มีผลต่อการเคลื่อนฟัน
- หากพบว่าหลังใส่มีอาการปวดมาก ให้รีบปรึกษาทันตแพทย์จัดฟันทันที

5

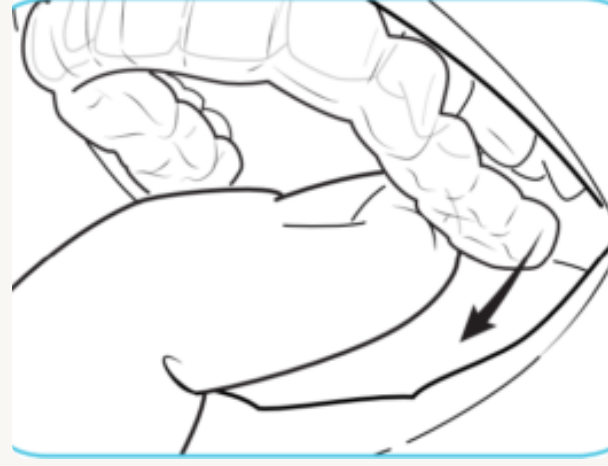
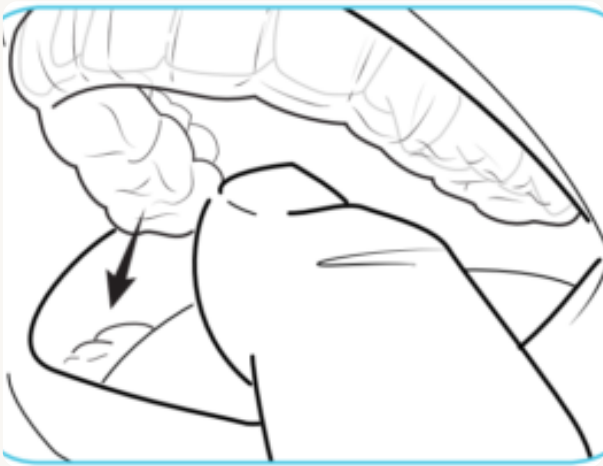
- ถ้าต้องการให้ได้แรงมากที่สุด แนะนำให้เปลี่ยน aligners ขึ้นใหม่ในตอนกลางคืนเนื่องจาก aligners จะมีประสิทธิภาพสูงสุด ตอนที่เราออกจากช่องครึ่งแรก



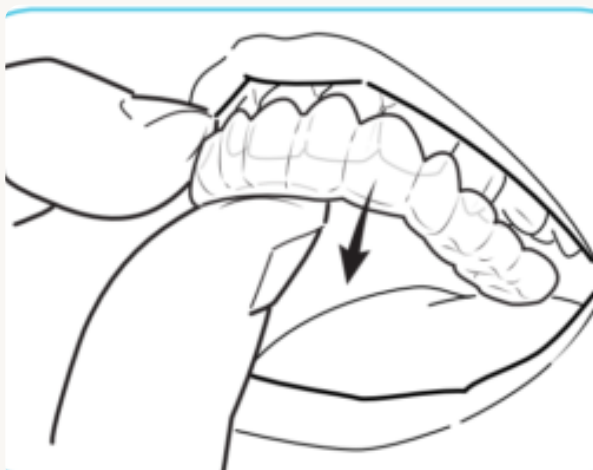
ข้อแนะนำสำหรับการใส่ Clear aligner ครั้งแรก

วิธีการถอดเครื่องมือ

1 เมื่อต้องการถอด aligners ให้ใช้นิ้วชี้ถึง aligners บริเวณด้านเพดานของฟันหลัง หรือด้านท้ายของฟันซี่สุดท้ายออกจากฟันทีละข้างอย่างระมัดระวัง



2 เมื่อ aligners ทั้งสองข้างของฟันหลังหลุดออกจากฟันแล้ว ค่อยๆถอดเครื่องมือออกบริเวณฟันหน้า ห้ามใช้แรงที่มากเกินไปในการถอด aligners หรือใช้เครื่องมือที่คม ถอดหรือแฉะ aligners หากผู้ป่วยรู้สึกว่าการถอด aligners ยากให้ปรึกษาทันตแพทย์จัดฟัน



ข้อแนะนำสำหรับการใส่ Clear aligner ครั้งแรก



การดูแลและข้อควรระวัง



- ถอด aligners ออกก่อนแปรงฟันในปาก
- หลังจากที่แปรงฟันเสร็จแล้ว ใช้แปรงขนนุ่มที่มีฟองยาสีฟันขัด aligners ทั้งด้านในและด้านนอก



- แปรงฟันและใช้ไหมขัดฟันทุกครั้งหลังมื้ออาหาร ก่อนใส่ aligners
- ในกรณีที่ไม่สามารถแปรงฟันได้ ให้บ้วนปากเพื่อกำจัดเศษอาหารก่อน แล้วจึงใส่ aligners



- ใส่มือฟู่ทำความสะอาดฟันปลอมและรีเทนเนอร์ลงในน้ำอุณหภูมิห้อง* **ควรแช่มือฟู่สัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง***
- แช่ aligners ให้ท่วมและทิ้งไว้ 3 นาที
- แปรง aligners เบาๆ ด้วยแปรงขนนุ่มกับน้ำยาแช่ ล้าง aligners ให้สะอาดด้วยการให้น้ำไหลผ่าน



- หลังถอด aligners ให้ล้างด้วยน้ำเปล่าก่อนเก็บลงกล่อง



- ไม่แช่ aligners ในน้ำยาบ้วนปาก เนื่องจากอาจทำให้เกิดความเสียหายได้



- แช่ aligners ในน้ำส้มสายชูผสมน้ำเปล่า อัตราส่วน 1:4 ทิ้งไว้ไม่เกิน 30 นาที เพื่อขจัดคราบหินปูน



- เก็บ aligners ให้ห่างจากแอลกอฮอล์ ความร้อน น้ำหวาน น้ำอัดลม หรือโซดา และ น้ำที่มีสี เช่น ไวน์



- เก็บ aligners ให้ห่างจากสัตว์เลี้ยงและเด็ก
- ห้ามสูบบุหรี่หรือเคี้ยวหมากฝรั่งขณะใส่ aligners