

Hoe een dynamiserende werking op de houding verkrijgen?

Vergemakkelijk overdag het werk van de kauwspieren en verminder de belasting van de temporomandibulaire gewrichten (kaken). Met name de ontspanning van de kaakgewrichten zorgt onmiddellijk voor minder spanning op de spieren van de hals en van de nek. De houding van het hoofd wordt evenwichtiger in de ruimte en de spanningen veroorzaakt door een onevenwichtigheid van de kaak in de afdalende keten, verminderen.

Draag uw OBA bij het lopen of bij het sporten. Er wordt aangeraden om te beginnen kauwen op de orthese voor een grotere ontspanning van de kaken. Voor zware fysieke inspanningen die een mondademhaling vereisen, wordt aanbevolen om de OBA enkel bij de opwarming voor uw activiteit te gebruiken.

Om een effect van proprioceptieve uitbalancerings te verkrijgen, wordt aangeraden om uw OBA 5 tot 10 minuten per dag te dragen.

Voor een grotere spierontspanning, wordt aangeraden om enkele losmaakoefeningen te doen na gebruik van uw OBA gedurende een paar minuten.

1. Draai uw hoofd naar elke kant, van links naar rechts en kanteel uw hoofd naar elke kant
2. Draai uw romp (en schouders) naar elke kant en kanteel uw romp naar elke kant.
3. Buig naar voor, met de benen gestrekt, alsof u de vloer wilt aanraken
4. Hurk naar en buig daarbij door uw knieën, en kom weer recht.

U mag de oefening naar wens twee tot drie keer herhalen. Normaal gezien zijn na een keer de spanningen verdwenen.

Hoe uw OBA onderhouden?

De OBA moet :

- met lauwwater gespoeld worden na ieder gebruik,
- één keer per dag gepoetst worden met tandpasta,
- als hij niet gebruikt wordt, moet hij opgeborgen worden in de doos met het deksel open.

Wat is de levensduur van de OBA?

Omdat dit therapeutisch hulpmiddel van silicone is, verliest het langzaam zijn elasticiteit en prestatievermogen. De levensduur van de OBA bedraagt over het algemeen tussen 3-6 maanden. Deze hangt af van vele factoren zoals het niveau van activiteit, van de kauwkracht en van het onderhoud van de orthese.

Contra-indicaties voor het dragen van de OBA? Een grote tandmobiliteit is een contra-indicatie voor het dragen van de OBA. Als u uw tanden voortbewegen bij manuele druk, kauw dan niet op de OBA. In het geval van onzekerheid, vraagt u advies aan uw tandarts. In het geval dat u niet een orthodontische behandeling onderging, wordt aangeraden om 3 maanden te wachten alvorens de OBA te gebruiken en vraagt u advies aan uw tandarts. In het geval dat u een bridge, een implantaat of een kroon hebt, wordt aangeraden om maximaal 5 tot 10 minuten per dag op de OBA te kauwen. Als de doelstelling is om een betere positionering van de tanden te bekomen, verdient het de voorkeur van opgevolgd te worden door een tandarts die gespecialiseerd is in functionele orthodontie.

Het dragen van de orthese tegen-indiceerd:

- Als u een scherpe aanzienlijk langer dan de anderen (<3mm)

- In het geval van pijn in de kaak, is het raadzaam om de orthese actief gebruiken (vermijd oefeningen), maar om passief te dragen (zonder oefening, rust) tot de pijn verdwijnt.

Materiaal: silicone BPA of talalen.

Alle informatie die wordt vermeld over de OBA, zowel op onze site als in onze catalogus, wordt louter ter informatie gegeven. De informatie noch de producten van Kinépod worden verkocht en ontwikkeld om problemen van welke aard ook, te diagnosticeren, behandelen of te genezen. Neem contact op met uw gezondheidspracticus voor meer inlichtingen, voor een diagnose, voor een screening, behandeling of advies over de manier waarop de informatie of de producten van Kinépod gebruikt moeten worden.

Voorzorgsmaatregelen

Het is raadzaam om de orthese reinigen vóór gebruik.

Voor monden met significante mondelinge misvormingen (retrognathie of prognathie uitgesproken) of orale pathologieën, raadpleeg dan uw tandarts om uiteindelijk de tandheelkundige bereik.

Als u onder behandeling met implantaten, prothetische of orthodontische contact op met uw tandarts voordat u de orthese. Als u last heeft van parodontitis (loskomen van de tanden), vraag dan uw tandarts.

Dit kanaal is niet geschikt voor mensen met epilepsie of convulsies.

Side Effects

Bij irritatie en overgevoeligheid palais op de tanden, is het raadzaam om de slijtage te verminderen.

In het geval van een letsel in de mond, is het het beste om te stoppen met het dragen van de brace en om advies van uw arts. Bij misselijkheid en braken, het is mogelijk dat de achterste armen van de brace te lang. U kunt de takken te korten met een schaar. Hoewel, als misselijkheid en braken aanhoudt, is het waarschijnlijk dat je hyper-gevoelige smaakpapillen. Vertel uw arts of tandarts SLP voor desensibilisatie therapie.

Het kan gebeuren dat het tandvlees bloeden in de vroege poort wordt aanbevolen voor het versterken van weefsel en stoppen met bloeden. De OBA mag in geen geval krijgen blessures en pijn. Als dit het geval is, vraag dan uw arts om de camera aan te raken om de wrijving te verminderen tegen het slijmvlies.

Het dragen l'Orthèse vereist optimale mondhygiëne. In geval van pijn (spier of gewricht) aan het begin van de behandeling, is het het beste om af te zien van de pijn lijken en later herhaal de oefening (het is essentieel om je lichaam te luisteren en laat het rusten wanneer ongemak optreedt.)

The OBA is characterised by a double channel that cover the full dental arches, a vestibular band, lingual and an occlusal base that create a correct dental arc (angle class I).

Principe

The active mouth orthosis acts as a dental guide. This dynamic, so-called functional device is a perfection proprioceptive simulation (teeth, ligaments, muscles,...), and supports balanced muscular work and, thus, huge relief for the temporomandibular joints (jaw).

Goals

Through natural muscular power and perfect proprioceptive simulation, this functional guide enables:

- an improvement to the chewing movement,
- mandibular repositioning,
- balanced occlusion,
- real effectiveness against bruxism and temporomandibular problems,
- re-education of chewing, breathing through the nose, swallowing and phonation.
- reduced snoring and better quality sleep.

Remark: the OBA can also be used in traditional orthodontics before a permanent device is fitted, or as a retainer after treatment.

Functions

The OBA has a double active function:

- Because of its elastic material, with shape-retention memory, it works like an active spring, forcing the muscles to return to their primary functions.
- Because of conscious chewing, patients must work actively with the OBA (self-stimulation).

Postural action

The OBA improves the body's posture due to its descending chain action. First, this dynamic orthosis is designed to rebalance the temporomandibular joints (jaw). Just like the feet and the eyes, the jaw is a strategic part of the human body. If it works poorly, over time, it can cause descending chain postural problems. It is common to find migraines, cervical pain, back pain and even lumbar pain associated with jaw problems.

Use

The OBA can be used during the day to do maxillofacial strengthening exercises that guide the jaw into the right position, and at night to ensure a perfect loosening of the temporomandibular joints (jaw). In particular, this orthosis is used in orthodontics. It is surprising to note, that by actively using this orthosis, the teeth find a balance in the mouth by placing themselves correctly vis-à-vis each other.

How to use your OBA (for children and adults)?

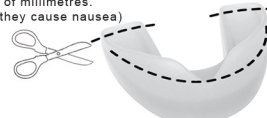
The OBA is a functional, self-stimulation device. First, it must be worn repetitively during the day for seven to ten days. In the case of nocturnal bruxism (clamping the teeth at night), after this period of daily wear it is recommended to wear them during the day (intermittent active use) and at night (continuously, resting). As regards the daily exercises, you should try to keep your lips together and not bite down on the device but chew it (biting hard will not improve results, quite the contrary!). Furthermore, you should not speak with the OBA in your mouth.

Keep to the adaptation time for wearing the OBA. It may be uncomfortable for the first few days. That is why it is recommended you go slow, starting with a few minutes per day, building up to between twenty and thirty minutes (it varies from case to case and only a professional can advise you different times).

The OBA should not cause pain or injuries. If it does, ask your dentist to adjust the device to reduce rubbing against the mucous membrane. Optimum oral hygiene is required when wearing the OBA. If you feel pain (either in the joints or muscles) at the beginning of the treatment, it is best to stop as soon as the pain arises and to start the exercises again a little later (you must listen to your body and allow it to rest if there is a problem).

For those who need to wear the device at night: do not worry if you do not manage to wear it all night at first, especially if you breathe through your mouth. Repeating the exercises regularly is key. The incisors may be sensitive at the start of treatment, but this will quickly disappear. Hypersalivation is entirely normal when you start wearing the OBA. This will reduce gradually and you will be able to wear it continuously without problems.

If the top of the OBA is too big and irritates your gums, you can trim a couple of millimetres. The lateral branches can also be cut off in case of discomfort (or in the case they cause nausea)



Comment obtenir une Action Dynamisante Posturale (ADP) :

En journée, facilitez le travail des muscles de la mastication et diminuez les contraintes articulaires temporomandibulaires (mâchoires). A savoir que la détente des articulations des mâchoires occasionne le relâchement instantané des tensions sur les muscles du cou et de la nuque. Le port de tête s'équilibre dans l'espace et les contraintes occasionnées par un déséquilibre de la mâchoire en chaîne descendante s'estompent.

Portez votre OBA en marchant ou en faisant votre sport. Il est conseillé de commencer à mastiquer l'orthèse pour assurer une plus grande détente des mâchoires. Pour les efforts physiques intenses demandant une respiration buccale, il est conseillé de l'utiliser jusqu'à l'échauffement de votre activité.

Pour obtenir un effet d'équilibre proprioceptif, il est conseillé de porter votre OBA 5 à 10 minutes par jours. Afin de bénéficier d'un plus grand relâchement musculaire, il est conseillé de faire quelques petits exercices libérateurs après les quelques minutes d'utilisation de votre OBA.

1. Tournez la tête de chaque côté, à gauche et à droite, et inclinez la tête de chaque côté.
2. Tournez le tronc (et les épaules) de chaque côté et inclinez le tronc de chaque côté.
3. Penchez en avant, jambe tendue comme si vous vouliez toucher le sol avec vos mains.
4. Accroupissez-vous, en pliant vos genoux et redressez-vous.

Comment entretenir votre OBA ?

L'OBA doit être:

- rincée à l'eau tiède après chaque utilisation
- brossée avec du dentifrice une fois par jour
- lorsqu'elle ne sert pas, elle doit être rangée dans sa boîte avec le couvercle ouvert.

Quelle est la durée de vie de l'OBA ?

Cet outil thérapeutique étant en silicone, celui-ci perd de son élasticité et de ses performances avec le temps. La durée de vie de l'OBA est en général entre 3-6 mois. Celle-ci dépend de nombreux facteurs tels que le niveau d'activité, de la force masticatoire et de l'entretien de l'orthèse. Contre-indications au port de l'OBA ? Une mobilité dentaire importante est une contre-indication au port de l'OBA. Si vous sentez vos dents bouger à la pression manuelle, évitez de mastiquer l'OBA. Dans le cas d'incertitude, demandez conseil à votre dentiste. Dans le cas où vous venez de terminer un traitement orthodontique, il est conseillé d'attendre 3 mois pour utiliser l'OBA et demandez conseil à votre dentiste. Dans le cas où vous avez une bridge, implant ou couronne, il est conseillé de mastiquer l'OBA entre 5 et 10 minutes maximum par jour. Si l'objectif est de rétablir un meilleur positionnement dentaire, il est préférable d'être suivi par un dentiste spécialisé en orthodontie fonctionnelle. Le port de l'orthèse est contre-indiqué si : - vous avez une incisive nettement plus longue que les autres (< à 3mm) - dans le cas de douleurs au niveau des mâchoires il est conseillé d'utiliser l'orthèse activement (éviter les exercices) mais de la porter passivement (sans exercices, au repos) jusqu'à ce que les douleurs disparaissent. Matériau : silicone sans bisphénol ni phtalates.

Toutes les informations citées sur l'OBA, que ce soit sur notre site ou notre catalogue, sont fournies à titre informatif seulement. Ni elles ni les produits Kinépod sont vendus et conçus pour diagnostiquer, traiter ou guérir n'importe quel problème. Contactez votre praticien de la santé pour obtenir de plus amples renseignements, de diagnostic, de dépistage, de traitement ou des conseils sur la façon d'utiliser l'information ou les produits Kinépod.

Précautions d'emploi

Il est conseillé de nettoyer l'Orthèse avant son utilisation. Pour les bouches présentant des malformations buccales importantes (retrognathie ou prognathie prononcée) ou des pathologies buccales, veuillez consulter votre dentiste pour éventuellement vous procurer la gamme dentaire. Si vous êtes en cours d'un traitement implantaire, prothétique ou orthodontique, demandez conseil à votre médecin dentiste avant d'utiliser l'orthèse. Si vous souffrez d'une parodontite (déchaussement de dent), demandez conseil à votre médecin dentiste. Cette gouttière ne convient pas aux personnes souffrant d'épilepsie ou de convulsions.

Effets secondaires

Dans le cas d'irritations du palais et d'une hypersensibilité sur les dents, il est conseillé de réduire le temps de port. Dans le cas d'une lésion au palais, il est préférable d'arrêter le port de l'orthèse et de demander conseil à votre médecin. Dans le cas de nausées et de vomissements, il est possible de que les branches postérieures de l'orthèse soient trop longues. Vous pouvez raccourcir les branches avec des ciseaux. Si malgré tout, les nausées et vomissements persistent, il est probable que vous soyez hyper-sensible au palais. Veuillez en informer votre médecin dentiste ou votre orthophoniste pour un traitement de désensibilisation. Il peut arriver que les gencives saignent dans les débuts du port de l'OBA. Le port progressif est conseillé pour assurer un renforcement des tissus et un arrêt des saignements. L'OBA ne doit en aucun cas vous procurer des blessures et des douleurs. Si c'est le cas, demandez à votre praticien de retoucher l'appareil afin de réduire les frottements contre la muqueuse. Le port de l'OBA nécessite une hygiène buccale optimale. En cas de douleurs (musculaires ou articulaires) en début de traitement, il est préférable de s'abstenir dès que les douleurs apparaissent et de recommencer les exercices un peu plus tard (il est essentiel de se mettre à l'écoute de votre corps et de le laisser se reposer si une gêne apparaît).

L'OBA se caractérise par une double gouttière englobant la totalité des deux arcades dentaires par un bandeau vestibulaire, lingual et un plan occlusal permettant un rapport d'arcade dentaire correct (classe I d'angle)

Notice vidéo : <http://fr.kinepod.com/notices>

Principe

L'orthèse buccale active fonctionne comme un guide dentaire. Cet appareil dynamique, dit fonctionnel, permet une parfaite stimulation proprioceptive (dents, ligaments, muscles,...), favorise un travail musculaire équilibré et, par ces faits, une extrême détente des articulations temporomandibulaires (mâchoires).

Objectifs

Par un travail musculaire naturel et une parfaite stimulation proprioceptive, ce guide fonctionnel permet :

- une amélioration de la dynamique masticatoire
- un repositionnement mandibulaire
- une occlusion équilibrée
- une réelle efficacité contre le bruxisme et les troubles de l'articulation temporomandibulaire
- une réduction de la mastication, de la respiration nasale, de la déglutition et de la phonation
- une réduction des ronflements et un sommeil de meilleure qualité.

Remarque: l'OBA peut également être utilisée en orthodontie classique avant la pose d'appareillage fixe, ou après traitement en tant que contention.

Utilisation

Comment utiliser votre OBA (enfant et adulte)

L'OBA est un appareil fonctionnel d'auto-stimulation. Elle doit d'abord être portée le jour de façon répétitive durant une semaine à dix jours. Dans le cas de bruxisme nocturne (serrage de dent la nuit), il est conseillé après cette période de port journalier de les porter de jour (travail en intermittence) et de nuit (au repos et en continu). Pour les exercices journaliers, vous devez essayer d'avoir les lèvres toujours jointes et il ne faut pas mordre l'appareil mais le mastiquer (serrer fort ne procure pas un meilleur effet, au contraire !). La mastication doit être légère afin de renforcer les muscles en endurance, de manière symétrique. Il est aussi préconisé d'effectuer des exercices de déplacement de la mâchoire en avant et latéralement (gauche-droite).

Respectez un temps d'adaptation pour porter votre OBA. Il est possible que vous ressentiez un inconfort lors des premiers jours de port. C'est pourquoi, il est conseillé de la porter progressivement en commençant par quelques minutes par jour, jusqu'à atteindre vingt minutes à une demi-heure (selon les cas, votre thérapeute peut vous conseiller des temps différents).

Pour les personnes nécessitant un port de nuit : il ne faut pas s'inquiéter si, au début, vous n'arrivez pas à le garder toute la nuit, surtout chez les respirateurs buccaux. Le plus important, c'est la répétition et la régularité des exercices. Il est possible que les incisives soient sensibles en début de traitement, mais ceci disparaît rapidement. L'hypersalivation dans les débuts du port de l'OBA est tout à fait normale. Progressivement, la salivation va diminuer et vous pourrez la porter continuellement sans problème.

Si la partie supérieure de l'OBA est trop grande et gêne vos gencives, il vous est possible de la couper de quelques millimètres. Les branches latérales peuvent aussi être coupées si elles sont gênantes (dans le cas où elles provoquent des nausées).



How to achieve a Stimulating Postural Action (SPA) :

During the day, facilitate the work of the chewing muscles and decrease the constraints on the temporomandibular joints (jaw). Relaxing the jaw joint instantly relieves tension in the muscles of the neck and nape of the neck. The head will become more balanced and the constraints caused by an unbalanced jaw will become less marked in descending chain. Wear your OBA when walking or playing sport. It is recommended you chew the orthosis to ensure the jaw relaxes more. For intense physical efforts where you must breathe through the mouth, it is recommended you only wear the orthosis during warm-up. To achieve a proprioceptive balance effect, it is recommended you wear the OBA for 5 to 10 minutes per day. For greater muscle relaxation, it is recommended you perform a couple of stretching exercises after using the OBA for a few minutes.

1. Turn the head left then right and bow it on each side.
2. Turn your torso (including the shoulders) to each side and bow it on each side.
3. Keeping your legs straight, lean forward as if you wanted to touch the floor with your hands.
4. Crouch by bending at the knees then straighten back up.

Repeat the exercise two or three times as you wish. Your tensions should be relieved immediately.

The OBA should be :

- Rinsed with lukewarm water after each use
- Brushed with toothpaste once per day
- When not in use, it should be stored in its box with the lid open.

What is the OBA's lifespan ?

Because this therapeutic tool is made of silicone, it will lose its elasticity and performance over time. In general, the OBA's lifespan is between 3 and 6 months. It depends on a number of factors such as level of activity, chewing force and care of the orthosis.

Reasons not to wear the OBA ? Significant tooth movement is a reason not to wear the OBA. If you can feel your teeth moving by pressing them with your fingers, do not chew the OBA. If in doubt, ask your dentist for advice. If you have just completed orthodontic treatment it is advised to wait 3 months before using the OBA and to ask your dentist for advice. If you have a bridge, implant or crowns, it is recommended you chew the OBA no more than 5 to 10 minutes per day. If your goal is to improve your teeth's position, it is best to be monitored by a dentist specialised in functional orthodontics.

Wearing the orthosis is contraindicated :

- if one of your incisor is clearly longer than others (< 3mm)
- in the case of pain in the jaws, it is advised to wear the orthosis passively only (without any exercises, resting) until the pain disappear.

Material : silicon without bisphenol nor phtalates

All of the information regarding the OBA, whether on our website or in the catalogue, is for information only. Neither it nor the Kinépod products are sold or designed to diagnose, treat or heal any problem. Contact your healthcare professional for more detailed information, diagnosis, screening, treatment and advice on how to use this information or Kinépod products.

Precaution for use

It is recommended to clean the orthosis before use. For people with import mouth misformations (retrognathia our advanced prognathism) or oral pathologies, please consult your doctor to eventually get the dental range of products. If you are currently under treatment for implants, prosthetic or orthodontic, please ask your dentist advice before using the orthosis.

If you are affected by periodontitis (teeth loosening), ask advice to your dentist. This orthosis should not be used by people suffering from epilepsy or convulsions.

Side effects

In the case of irritation of the palate and hypersensitivity of the teeth, it is recommended to reduce the duration of use. In the case of a lesion of the palate, it is preferable to stop wearing the orthosis and ask advice to your doctor. In the case of nausea and vomiting, it is possible that the posterior branches may be too long. You can make them shorter with scissors. If nausea and vomiting still occur, it is possible that your palate is hypersensitive. Please inform your dentist for a desensitization treatment. Slight gum bleeding can occur in the beginning when you wear the orthosis. Progressive wearing is advised to ensure reinforcement of the tissues and a stop to the bleedings. The orthosis should in no case cause wounds or pains. If this occur, ask your practitioner to modify the orthosis to reduce the friction with the mucous membrane. Wearing the orthosis require an optimal oral hygiene. In case of pain (muscular or articular) in the beginning of your treatment, it is preferable to stop using the orthosis as soon as pain appear et start exercises again later (It is essential to listen to your body and let it rest should pain occur)

De OBA wordt gekenmerkt door een dubbele opbeetplaat die de totaliteit van de twee tandbogen omvat met een vestibulair, linguaal passtuk en een occlusaal vlak dat een correcte tandboogrelatie toelaat (hoek van klasse I).

Principe

De actieve mondorthose doet dienst als een tandgeleider. Dit zogenaamd dynamische apparaat, laat een perfecte proprioceptieve stimulatie (tanden, ligamenten, spieren, ...) toe, bevordert een uitgebalanceerd spierwerk, en daardoor een extreme ontspanning van de temporomandibulaire gewrichten (kaken).

Doelstellingen

Door een natuurlijk spierwerk en een perfecte proprioceptieve stimulatie, laat deze functionele geleider het volgende toe :

- een verbetering van de kauwdynamiek,
- een herpositionering van het kaakgewricht,
- een uitgebalanceerde occlusie,
- een reële doeltreffendheid tegen tandenknarsen en problemen met het temporomandibulaire gewricht,
- een reëducatie van het kauwen, van de neusademhaling, van het slikken en van de fonatie,
- een vermindering van het snurken en een betere slaapkwaliteit.

Opmerking

De OBA kan ook worden gebruikt in de klassieke orthodontie vóór de plaatsing van een vast apparaat, of na behandeling, als contentie.

Hoe uw OBA gebruiken (kind en volwassene) ?

De OBA is een functioneel toestel voor autostimulatie. In het begin moet het herhaaldelijk overdag worden gedragen, gedurende een week tot tien dagen. In het geval van nachtelijk tandenknarsen wordt na deze periode van dagelijks dragen aangeraden om de orthese overdag (werk met onderbreking) en 's nachts (in rust en ononderbroken) te dragen. Voor de dagelijkse oefeningen moet u proberen de lippen altijd op elkaar te houden en mag u niet op het apparaat bijten, maar moet u erop kauwen (hard dichtbijten geeft geen beter resultaat, integendeel !).

Kauwen moet licht aan spieruithoudingsvermogen te bouwen, symmetrisch. Het wordt ook aanbevolen om oefeningen uit te voeren voor vooruit en zijwaarts bewegen van de kaak (links-rechts)

Neem een aanpassingsstermijn in acht bij het dragen van uw OBA. Het is mogelijk dat u de eerste dagen ongemak ervaart. Dat is de reden waarom wordt aangeraden het dragen van de orthese geleidelijk op te bouwen door te beginnen met enkele minuten per dag, om te komen tot twintig minuten tot een half uur (naargelang het geval kan uw therapeut u andere tijden aanbevelen).

Het kan gebeuren dat het tandvlees bloeden in het eerste poort van de OBA. Progressive-poort wordt aanbevolen om een versterking weefsel te waarborgen en te stoppen bloedingen.

De OBA mag in geen geval kwetsuren of pijn veroorzaken. Als dit het geval is, vraag dan aan uw practicus om het apparaat bij te werken om de wrijving tegen het slijmvlies te verminderen. Het dragen van de OBA vereist een optimale mondhygiëne. In het geval van pijn (spieren of gewrichten) bij het begin van de behandeling, is het verkiesselijk om te stoppen zodra de pijn opduikt en de oefeningen later opnieuw uit te voeren (het is erg belangrijk dat u naar uw lichaam luistert en het rust gunt als er ongemak optreedt).

Voor diegenen die de OBA heel de nacht moeten dragen: u hoeft zich geen zorgen te maken als u er niet in slaagt om hem de hele nacht te dragen, vooral voor de mensen die door de mond ademen. Het belangrijkste is de herhaling en de regelmatigheid van de oefeningen. Het is mogelijk dat de snijtanden gevoelig zijn in het begin van de behandeling, maar dit ongemak verdwijnt snel. De speekselvloed in het begin van het dragen van de OBA is normaal. Geleidelijk vermindert de speekselproductie en kunt u hem zonder probleem ononderbroken dragen.

Als het bovenste deel van de OBA te groot is en uw tandvlees hindert, kunt u er enkele millimeter af snijden.

De zijtakken kan worden gesneden als ze vervelend (voor het geval ze misselijkheid veroorzaken).



Wie erhält man eine dynamische Wirkung auf die Haltung ?

Erleichtern Sie tagsüber die Arbeit der Kaumuskel und verringern Sie die Beanspruchung des Kiefergelenks. Die Entspannung des Kiefergelenks führt nämlich zur sofortigen Lösung der Muskelanspannung in Hals und Nacken. Der Kopf wird gerade getragen und die durch das Ungleichgewicht des Kiefers körperabwärts verursachten Verspannungen vergehen.

Tragen Sie die OBA beim Gehen oder im Sport. Es wird empfohlen, die Orthese zu kauen, um eine bessere Kieferrentspannung zu erreichen. Bei intensiven körperlichen Anstrengungen, die eine Mundatmung erfordern, wird empfohlen, sie beim Aufwärmen für Ihre Tätigkeit zu verwenden. Um ein propriozeptives Gleichgewicht zu erreichen, wird empfohlen, die OBA täglich 5 bis 10 Minuten zu tragen. Für eine noch bessere Muskelentspannung wird empfohlen, nach diesen Minuten der Verwendung Ihrer OBA einige kleine Ausgleichsübungen zu machen.

1. Drehen Sie den Kopf nach links und rechts und neigen Sie den Kopf zu jeder Seite.
2. Drehen Sie den Rumpf (und die Schultern) zu jeder Seite und neigen Sie den Rumpf zu jeder Seite.
3. Beugen Sie sich nach vor, bei gestreckten Beinen, als ob Sie den Boden mit Ihren Händen berühren wollten.
4. Gehen Sie durch Beugen der Knie in die Hocke und richten Sie sich wieder auf.

Sie können diese Übung nach Belieben zwei oder drei Mal wiederholen. Normalerweise sind nach einmaligem Üben die Spannungen beseitigt.

Wie pflegen Sie Ihre OBA ?

Dieser Heilbehalf ist aus Silikon, das mit der Zeit seine Elastizität und Leistungsfähigkeit verliert. Die Lebensdauer der OBA beträgt im Allgemeinen zwischen 3 und 6 Monaten. Sie hängt von vielen Faktoren ab, wie dem Aktivitätsniveau, der Kaufkraft und der Pflege der Orthese.

Gegenanzeigen für das Tragen der OBA ? Eine starke Beweglichkeit der Zähne ist eine Gegenanzeige für das Tragen der OBA. Wenn Sie spüren, dass sich Ihre Zähne bei manuellem Druck bewegen, sollten Sie die OBA nicht kauen. Im Zweifel fragen Sie Ihren Zahnarzt. Wenn Sie soeben eine kieferorthopädische Behandlung beendet haben, wird empfohlen, 3 Monate zu warten, bevor Sie die OBA verwenden und sich von Ihrem Zahnarzt beraten zu lassen. Falls Sie eine Brücke, ein Implantat oder eine Krone haben, wird empfohlen, die OBA maximal 5 bis 10 Minuten täglich zu kauen. Das Ziel ist, eine bessere Zahnstellung zu erreichen und es wäre gut, von einem auf funktionelle Zahnregulierung spezialisierten Zahnarzt betreut zu werden. Die Orthese sollte nicht getragen werden :
- Falls Sie einen Schneidezahn haben der viel größer ist als der andere (< als 3 mm)
- Falls Sie Schmerzen am Kiefer empfinden, sollte die Orthese nicht aktiv (Übungen vermeiden), sondern passiv (im Ruhezustand) benutzt werden bis die Schmerzen verschwunden sind.

Material : Silikon ohne Bisphenol und ohne Phtalates.

Alle auf unserer Website oder im Katalog genannten Informationen über die OBA dienen rein informativen Zwecken. Weder sie noch die Kinépod-Produkte werden verkauft und konzipiert, um irgendeine Krankheit zu diagnostizieren, zu behandeln oder zu heilen. Kontaktieren Sie Ihren Heilpraktiker, um weitere Informationen, Diagnosen, Untersuchungen, Behandlungen oder Beratungen über die Verwendung der Informationen oder der Kinépod-Produkte zu erhalten.

Vorsichtsmaßnahmen :

Bei einem Mund mit einer starken Verformung (ausgeprägte Retrognathie oder Prognathie), empfehlen wir Ihnen den Zahnarzt aufzusuchen um eventuell eine für Sie geeignete Zahnschiene zu erwerben. Falls Sie in einer Behandlung sind (z. B. Bei einem Kieferorthopäden), sollten Sie den Zahnarzt um Rat fragen bevor die Orthese benutzt wird. Sollten Sie an Parodontitis leiden, ist der Rat eines Zahnarztes wichtig. Die Zahnschiene ist nicht für Personen geeignet die an Epilepsie oder Schüttelkrämpfen leiden. Falls Sie Schmerzen am Kiefer empfinden, sollte die Orthese nicht aktiv (Übungen vermeiden), sondern passiv (im Ruhezustand) benutzt werden bis die Schmerzen verschwunden sind.

Nebenwirkungen :

Sollte der Gaumen zu sehr gereizt werden oder falls die Zähne zu sensibel auf die Zahnschiene reagieren, empfehlen wir die Orthese nur für kurze Dauer zu tragen. Falls der Gaumen durch die Zahnschiene verletzt wird, meiden Sie das weitere Tragen und suchen Sie einen Arzt auf. Im Falle von Übelkeit, ist es möglich die hinteren Zweige der Zahnschiene mit einer Schere zu kürzen. Sollte es trotzdem zu Übelkeit kommen, ist es möglich das der Gaumen zu sensibel ist. Bitte informieren sie in dem Fall Ihren Arzt oder einen Logopäden damit das Problem behandelt werden kann. Am Anfang kann es zu Blutungen des Zahnfleisches kommen. Es wird empfohlen, die Zahnschiene progressiv zu tragen damit das Zahnfleisch gestärkt wird und die Blutung stoppt.

Die OBA verfügt über eine doppelte Schiene, die beiden Zahnbögen vollständig mit einem Band vestibulär, linguale und auf okklusaler Ebene umschließt, so dass ein richtiges Verhältnis der Zahnbögen zueinander entsteht (Winkelklasse I).

Prinzip

Die aktive Mundorthese funktioniert wie eine Zahnführung. Dieses dynamische bzw. funktionelle Gerät ermöglicht eine perfekte, propriozeptive Stimulierung (Zähne, Bänder, Muskeln usw.), begünstigt eine ausgeglichene Muskelarbeit und daher eine ausgezeichnete Entspannung des Kiefergelenks.

Ziele

Über eine natürliche Muskelarbeit und eine perfekte, propriozeptive Stimulierung ermöglicht diese funktionelle Führung:

- eine Verbesserung der Kaudynamik,
- eine Kieferregulierung,
- einen gleichmäßigen Biss,
- echte Wirksamkeit gegen Zähneknirschen und Kiefergelenksprobleme,
- eine Rehabilitation beim Kauen, bei der Nasenatmung, beim Schlucken und bei der Stimmleitung,
- eine Verbilligung des Schnarchens und besseren Schlaf.

Hinweis: Die OBA kann auch zur klassischen Zahnregulierung vor dem Einsetzen einer festsitzenden Zahnspange oder nach der Behandlung als Druckeinrichtung verwendet werden.

Verwendung

Die OBA kann bei Tag verwendet werden, um Übungen zur Stärkung der Kiefer- und Gesichtsmuskeln zu machen, bei denen der Kiefer in der richtigen Position geführt wird, und nachts, um eine perfekte Entspannung des Kiefergelenks zu gewährleisten. Diese Orthese wird besonders in der Zahnregulierung verwendet. Überraschenderweise lässt sich feststellen, dass die Zähne durch das aktive Tragen dieser Orthese ihre Gleichmäßigkeit im Mund erlangen und sich richtig zueinander stellen.

Wie verwenden Sie Ihre OBA (Kinder und Erwachsene)? Die OBA ist ein funktionelles Gerät zur Selbststimulation. Sie muss zuerst wiederholt tagsüber im Zeitraum von einer Woche bis zehn Tagen getragen werden. Bei nächtlichem Zähneknirschen (Aufeinanderbeißen der Zähne in der Nacht) wird nach dieser Zeit das tägliche Tragens empfohlen, sie tagsüber (zeitweise Arbeit) und nachts (in Ruhe und ständig) zu tragen. Bei den täglichen Übungen sollten Sie versuchen, die Lippen immer geschlossen zu halten. Es darf nicht auf die Vorrichtung gebissen werden, sondern sie sollte gekaut werden (starkes Beißen führt zu keiner besseren Wirkung, im Gegenteil!). Außerdem dürfen Sie nicht reden, wenn sie den Befehl im Mund haben.

Halten Sie die Gewöhnungszeit für das Tragen Ihrer OBA ein. Es kann sein, dass Sie sich in den ersten Tragetagen nicht wohl fühlen. Deshalb wird empfohlen, sie schrittweise zu tragen, zuerst nur wenige Minuten pro Tag, bis zu zwanzig Minuten oder eine halbe Stunde (je nach Fall, Ihr Therapeut kann Ihnen andere Zeiten empfehlen).

Die OBA darf keinesfalls Verletzungen oder Schmerzen verursachen. Sollte dies der Fall sein, bitten Sie Ihren Heilpraktiker, die Vorrichtung zu überarbeiten, damit die Reibung gegen die Schleimhaut verringert wird. Das Tragen der OBA erfordert eine optimale Mundhygiene. Bei Muskel- oder Gelenkschmerzen am Beginn der Behandlung sollte diese unterbrochen werden, sobald die Schmerzen auftreten, und die Übungen später wieder fortgesetzt werden (es ist wichtig, dass Sie auf Ihren Körper hören und ihm eine Pause gönnen, wenn ein Unbehagen auftritt).

Bei Personen, die sie nachts tragen: Es ist kein Grund zur Beunruhigung, wenn es Ihnen anfangs nicht gelingt, sie die ganze Nacht zu behalten, vor allem bei Personen, die durch den Mund atmen. Das Wichtigste sind Wiederholungen und regelmäßige Übungen.

Es kann sein, dass die Schneidezähne am Behandlungsbeginn sensibel reagieren, aber das legt sich rasch. Eine vermehrte Speichelbildung am Beginn des Tragens der OBA ist absolut normal. Mit der Zeit bildet sich weniger Speichel und Sie können sie problemlos durchgehend tragen.

Wenn der obere Teil der OBA zu groß ist und Ihr Zahnfleisch irritiert, können Sie ein paar Millimeter wegschneiden. Die seitlichen Zweige schneiden kann, wenn sie ärgerlich (falls sie Übelkeit) sind werden.

