

Splinttherapie

Bij u werd een zogenaamde stabilisatie-opbeetplaat (splint) geplaatst in verband met functiestoornissen van het kauwstelsel. In deze folder leest u hoe u het beste met de splint om kunt gaan.



Rijnstate

**Neem altijd uw
verzekeringsgegevens
en identiteitsbewijs mee!**

De behandeling

U draagt de splint gedurende de nacht. Tijdens de maaltijd en bij sportbeoefening draagt u de splint niet.

De eerste dagen na het plaatsen van de splint kunt u meer last krijgen van de klachten waarvoor u behandeling zocht. Ook kunnen zich nieuwe klachten voordoen. De tanden en kiezen kunnen meer gevoeligheid vertonen, vooral bij het indoen van de splint, maar bijvoorbeeld ook bij eten na uitdoen van de splint. U kunt het gevoel krijgen dat de gebitselementen in enige mate los lijken te gaan staan. Dit hoort bij het gewenningsproces van deze behandeling. Na 3 tot 5 dagen zult u merken dat de klachten geleidelijk minder worden.

Uw tanden en kiezen worden tijdens het dragen van de splint gedeeltelijk afgedekt. Dit kan zorgen voor meer plaque op de tanden en kiezen. Het blijft dus van belang dat u een goede mondhygiëne nastreeft om schade aan gebitselementen en tandvlees te voorkomen.

Bewaren en schoonmaken

U reinigt de splint dagelijks door met een harde borstel en zachte zeep te schrobben onder koud of lauw stromend water. Gebruik geen heet water, de kunsthars van de splint kan hierdoor vervormen.

Als u de splint niet draagt bewaart u deze vochtig of in een bakje met water. Uitdroging zorgt voor krimp en een slechte pasvorm van de splint. Bewaar uw splint op een vaste plek, buiten bereik van huisdieren en kinderen.

Controle

U heeft een afspraak voor controle gekregen. Tijdens de controle wordt bekeken of u bij dichtbijten op de splint gelijkmatig contact maakt. Indien nodig zullen correcties plaatsvinden.

Voor het controleren van de voortgang van de behandeling is het belangrijk dat u nauwkeurig aangeeft wat u ervaart als reactie op de therapie. Ook is het van belang dat u eerlijk bent over het dragen van de splint.

Het wordt aanbevolen dat u aantekeningen maakt van uw klachten en de draagtijd en deze bij het volgende bezoek meeneemt. Dit maakt het voor de behandelaar makkelijker om aanpassing aan de splint of de behandeling te doen, waardoor sneller resultaat wordt bereikt. Vergeet daarom niet om de splint mee te nemen naar de controleafspraak.

Resultaat

Binnen 8 tot 12 weken mag een positieve reactie op de ingestelde therapie worden verwacht. Als dit niet het geval is, zal besproken worden in hoeverre voortzetting van deze therapie zinvol kan zijn of dat een wijziging in uw behandeling gewenst is.

Het kan zijn dat de splint erg dun wordt of perforaties gaat vertonen. Dit is geen probleem voor de behandeling.

Ontspanningsoefeningen

Door het dragen van de splint kan er spanning ontstaan in uw kauwspieren. Om deze spanning te verlichten kunt u de volgende ontspanningsoefeningen doen:

- Masseer beide wangen door middel van ronddraaiende bewegingen met de vingers aan de buitenzijde en vervolgens aan de binnenzijde van de mond. Maak bij de laatste massage in de mond wat rekkende bewegingen.
- Blaas beide wangen op en laat weer los. Voel daarbij bewust of de spieren aangespannen zijn of ontspannen.
- Laat de mond openvallen met de tong naar buiten.
- Vermijd het klemmen van de tanden en kiezen.
- Zet van beide handen de duim en wijsvinger tegen respectievelijk boven- en ondertanden aan. Doe de mond zover mogelijk open. Nu licht bijten op de duimen en wijsvingers gedurende 6 tellen. Dan loslaten en mond met duimen en wijsvingers zo ver mogelijk open duwen en even vasthouden. Dit 5 maal herhalen.

Vragen

Heeft u vragen over de behandeling, dan kunt u contact opnemen met het Centrum Bijzondere Tandheelkunde, telefoon 088-005 7414.

Bij Rijnstate kunt u telefonisch en voor de meeste specialismen via www.rijnstate.nl uw afspraak maken.

Rijnstate

Postbus 9555
6800 TA Arnhem
T 088 - 005 8888
F 088 - 005 7878
www.rijnstate.nl

Ziekenhuislocaties

Arnhem
Zevenaar
Velp
Dieren
Arnhem-Zuid