



## **AKTIVATOR** (Monoblock)

Liebe Patientin, lieber Patient

Du hast heute Deinen Aktivator erhalten. Mit diesem Gerät wird der Unterkiefer nach vorne geschoben, damit er schneller und besser wachsen kann. So sollte der Abstand zwischen den oberen und unteren Frontzähnen vermindert werden.

### **Wie gewöhne ich mich am besten an den Aktivator?**

Es ist klar, dass Du Dich zuerst einmal an den neuen Aktivator gewöhnen musst. Die erste Woche ist eine Einführungswoche, in welcher Du den Aktivator tagsüber 2-3 Stunden z.B. beim Lesen, Musik hören, Fernsehen, Aufgaben machen usw. tragen kannst. Zusätzlich sollst Du ihn 1 Stunde vor dem Schlafengehen tragen, so dass Du Dich gut daran gewöhnst. Schon bald wirst Du ihn auch die ganze Nacht tragen. Sollte dies aber auch noch nach zwei Wochen nicht möglich sein, solltest Du Dich bei uns melden.

### **Worauf muss ich beim Aktivator besonders achten?**

Deine unteren Schneidezähne müssen immer in die untere Rille ganz einbeissen. Deine Eltern sollten v.a. am Anfang kontrollieren, ob der Aktivator am Morgen beim Wecken richtig im Mund ist, oder ob er über Nacht von Dir unbewusst entfernt wurde. Ist dies nicht der Fall, machst Du auf dem Kalender ein Minuszeichen.

Der (meistens) dazugehörige Kopfzug soll wie verordnet getragen werden (nicht stärker/schwächer)

### **Wie putze ich den Aktivator?**

Du musst Deinen Aktivator gründlich reinigen, am besten morgens nach dem Zähneputzen mit Wasser und Zahnpasta. Vor dem Einsetzen solltest Du natürlich Deine Zähne immer geputzt haben.

Wenn Du den Aktivator nicht trägst, kannst Du ihn trocken in der Aufbewahrungsbox lagern.

Der meistens dazugehörige Kopfzug kann je nach Bedarf in der Waschmaschine gewaschen werden.

### **Wie lange werde ich meinen Aktivator tragen müssen?**

Je nach Kieferfehlstellung und Fortschritt dauert diese Behandlung 1 - 2 Jahre. Du kannst den Fortschritt Deiner Behandlung selber beobachten: Wenn Du Deinen Aktivator pro Tag 11 - 12 Stunden trägst, wird der Abstand zwischen den oberen und unteren Schneidezähnen pro Monat um 0,5 - 1mm abnehmen.

Diese 11-12 Stunden müssen nicht an einem Stück sein. Wenn Du also nur 8 Stunden schläfst, musst du während des Tages noch 3-4 Stunden finden, z.B. beim Lesen, Musik hören, Fernsehen, Aufgaben machen usw., wo Du Deine Spange zu tragen kannst.

Wenn Du Deinen Aktivator weniger als 10 Stunden trägst wird es leider keine Verbesserung geben!

Sobald das Resultat erreicht ist muss es mit der gleichen Spange stabilisiert werden.

### **Was ist, wenn ich beim Tragen des Aktivators Schmerzen habe?**

In diesem Fall gibt es möglicherweise eine Druckstelle, die weggeschliffen werden muss. In diesem Fall musst Du Dich bei uns melden. Solltest Du Probleme haben mit dem Atmen dann melde Dich möglichst rasch, so dass wir gemeinsam eine Lösung finden werden.

### **Und noch etwas Wichtiges!**

Falls Du Fragen / ein Problem mit dem Aktivator hast, dann rufe uns an, wir sind jederzeit für Dich da! Bitte vergiss nicht Deinen Aktivator (inkl. Kopfzug) bei jedem Termin mitzubringen!!

Wir wünschen Dir einen guten Start mit dem Aktivator!

Dr. Pascal Menzel und Praxis-Team



## TRAGZEIT-KALENDER 2014

Bitte Tragzeit der Apparatur / 24h eintragen und mit + / - angeben, ob sie morgens beim Aufwachen noch eingesetzt ist.

Januar	Tragzeit	Februar	Tragzeit	März	Tragzeit	April	Tragzeit	Mai	Tragzeit	Juni	Tragzeit
Mittwoch	1	Samstag	1	Samstag	1	Dienstag	1	Donnerstag	1	Sonntag	1
Donnerstag	2	Sonntag	2	Sonntag	2	Mittwoch	2	Freitag	2	Montag	2
Freitag	3	Montag	3	Montag	3	Donnerstag	3	Samstag	3	Dienstag	3
Samstag	4	Dienstag	4	Dienstag	4	Freitag	4	Sonntag	4	Mittwoch	4
Sonntag	5	Mittwoch	5	Mittwoch	5	Samstag	5	Montag	5	Donnerstag	5
Montag	6	Donnerstag	6	Donnerstag	6	Sonntag	6	Dienstag	6	Freitag	6
Dienstag	7	Freitag	7	Freitag	7	Montag	7	Mittwoch	7	Samstag	7
Mittwoch	8	Samstag	8	Samstag	8	Dienstag	8	Donnerstag	8	Sonntag	8
Donnerstag	9	Sonntag	9	Sonntag	9	Mittwoch	9	Freitag	9	Montag	9
Freitag	10	Montag	10	Montag	10	Donnerstag	10	Samstag	10	Dienstag	10
Samstag	11	Dienstag	11	Dienstag	11	Freitag	11	Sonntag	11	Mittwoch	11
Sonntag	12	Mittwoch	12	Mittwoch	12	Samstag	12	Montag	12	Donnerstag	12
Montag	13	Donnerstag	13	Donnerstag	13	Sonntag	13	Dienstag	13	Freitag	13
Dienstag	14	Freitag	14	Freitag	14	Montag	14	Mittwoch	14	Samstag	14
Mittwoch	15	Samstag	15	Samstag	15	Dienstag	15	Donnerstag	15	Sonntag	15
Donnerstag	16	Sonntag	16	Sonntag	16	Mittwoch	16	Freitag	16	Montag	16
Freitag	17	Montag	17	Montag	17	Donnerstag	17	Samstag	17	Dienstag	17
Samstag	18	Dienstag	18	Dienstag	18	Freitag	18	Sonntag	18	Mittwoch	18
Sonntag	19	Mittwoch	19	Mittwoch	19	Samstag	19	Montag	19	Donnerstag	19
Montag	20	Donnerstag	20	Donnerstag	20	Sonntag	20	Dienstag	20	Freitag	20
Dienstag	21	Freitag	21	Freitag	21	Montag	21	Mittwoch	21	Samstag	21
Mittwoch	22	Samstag	22	Samstag	22	Dienstag	22	Donnerstag	22	Sonntag	22
Donnerstag	23	Sonntag	23	Sonntag	23	Mittwoch	23	Freitag	23	Montag	23
Freitag	24	Montag	24	Montag	24	Donnerstag	24	Samstag	24	Dienstag	24
Samstag	25	Dienstag	25	Dienstag	25	Freitag	25	Sonntag	25	Mittwoch	25
Sonntag	26	Mittwoch	26	Mittwoch	26	Samstag	26	Montag	26	Donnerstag	26
Montag	27	Donnerstag	27	Donnerstag	27	Sonntag	27	Dienstag	27	Freitag	27
Dienstag	28	Freitag	28	Freitag	28	Montag	28	Mittwoch	28	Samstag	28
Mittwoch	29			Samstag	29	Dienstag	29	Donnerstag	29	Sonntag	29
Donnerstag	30			Sonntag	30	Mittwoch	30	Freitag	30	Montag	30
Freitag	31			Montag	31			Samstag	31		

Juli	Tragzeit	August	Tragzeit	September	Tragzeit	Oktober	Tragzeit	November	Tragzeit	Dezember	Tragzeit
Dienstag	1	Freitag	1	Montag	1	Mittwoch	1	Samstag	1	Montag	1
Mittwoch	2	Samstag	2	Dienstag	2	Donnerstag	2	Sonntag	2	Dienstag	2
Donnerstag	3	Sonntag	3	Mittwoch	3	Freitag	3	Montag	3	Mittwoch	3
Freitag	4	Montag	4	Donnerstag	4	Samstag	4	Dienstag	4	Donnerstag	4
Samstag	5	Dienstag	5	Freitag	5	Sonntag	5	Mittwoch	5	Freitag	5
Sonntag	6	Mittwoch	6	Samstag	6	Montag	6	Donnerstag	6	Samstag	6
Montag	7	Donnerstag	7	Sonntag	7	Dienstag	7	Freitag	7	Sonntag	7
Dienstag	8	Freitag	8	Montag	8	Mittwoch	8	Samstag	8	Montag	8
Mittwoch	9	Samstag	9	Dienstag	9	Donnerstag	9	Sonntag	9	Dienstag	9
Donnerstag	10	Sonntag	10	Mittwoch	10	Freitag	10	Montag	10	Mittwoch	10
Freitag	11	Montag	11	Donnerstag	11	Samstag	11	Dienstag	11	Donnerstag	11
Samstag	12	Dienstag	12	Freitag	12	Sonntag	12	Mittwoch	12	Freitag	12
Sonntag	13	Mittwoch	13	Samstag	13	Montag	13	Donnerstag	13	Samstag	13
Montag	14	Donnerstag	14	Sonntag	14	Dienstag	14	Freitag	14	Sonntag	14
Dienstag	15	Freitag	15	Montag	15	Mittwoch	15	Samstag	15	Montag	15
Mittwoch	16	Samstag	16	Dienstag	16	Donnerstag	16	Sonntag	16	Dienstag	16
Donnerstag	17	Sonntag	17	Mittwoch	17	Freitag	17	Montag	17	Mittwoch	17
Freitag	18	Montag	18	Donnerstag	18	Samstag	18	Dienstag	18	Donnerstag	18
Samstag	19	Dienstag	19	Freitag	19	Sonntag	19	Mittwoch	19	Freitag	19
Sonntag	20	Mittwoch	20	Samstag	20	Montag	20	Donnerstag	20	Samstag	20
Montag	21	Donnerstag	21	Sonntag	21	Dienstag	21	Freitag	21	Sonntag	21
Dienstag	22	Freitag	22	Montag	22	Mittwoch	22	Samstag	22	Montag	22
Mittwoch	23	Samstag	23	Dienstag	23	Donnerstag	23	Sonntag	23	Dienstag	23
Donnerstag	24	Sonntag	24	Mittwoch	24	Freitag	24	Montag	24	Mittwoch	24
Freitag	25	Montag	25	Donnerstag	25	Samstag	25	Dienstag	25	Donnerstag	25
Samstag	26	Dienstag	26	Freitag	26	Sonntag	26	Mittwoch	26	Freitag	26
Sonntag	27	Mittwoch	27	Samstag	27	Montag	27	Donnerstag	27	Samstag	27
Montag	28	Donnerstag	28	Sonntag	28	Dienstag	28	Freitag	28	Sonntag	28
Dienstag	29	Freitag	29	Montag	29	Mittwoch	29	Samstag	29	Montag	29
Mittwoch	30	Samstag	30	Dienstag	30	Donnerstag	30	Sonntag	30	Dienstag	30
Donnerstag	31	Sonntag	31			Freitag	31			Mittwoch	31