

# Schienenpflege leicht gemacht



Poliklinik für Kieferorthopädie  
Schlangenzahl 14  
35392 Giessen  
Telefon 0641 99 46122  
E-Mail kfo@uk-gm.de

Wissen schaf(f)t -  
Dein Plus!

[www.kieferorthopädie-giessen.com](http://www.kieferorthopädie-giessen.com)

## Wie reinige ich meine Schienen richtig?

Herausnehmbare Schienen brauchen die richtige Reinigung um die Stabilität zu halten und Verfärbungen der Schienen vorzubeugen. Werden die Schienen nur nachts getragen, reicht eine Reinigung am Morgen, werden die Schienen auch tagsüber getragen, sollte eine Reinigung bei jedem Zähneputzen stattfinden. Vorher aber bitte die Hände waschen!

- 1 Schienen unter handwarmem Wasser abspülen.
- 2 Einen Tropfen Spülmittel auf den Schienen verreiben oder – für einen frischeren Geschmack – alternativ Reinigungsschaum aus dem Drogeriemarkt verwenden.
- 3 Schienen mit einer weichen Zahnbürste putzen.
- 4 Rückstandslos abspülen.

Einmal pro Woche kann eine intensivere Reinigung mit speziellen Schienen-Reinigungstabs vorgenommen werden.

Diese entfernen auch die festsitzenden Ablagerungen und reinigen tiefergehend als die tägliche Pflege.

## Was ist zu beachten?

- Kein zu heißes Wasser verwenden, da sich die Schienen sonst verformen und nicht mehr richtig passen.
- Nicht mit Zahnpasta an den Schienen herumschrubben. In der Zahnpasta sind Putzkörper enthalten, die die Oberfläche aufrauen und es so den Verfärbungen und Ablagerungen leichter machen, sich festzusetzen.
- Nicht in die Spülmaschine stecken.
- Nicht lose lagern: Wenn die Schienen nicht im Mund sind, sollten sie in der dazugehörigen Dose aufbewahrt werden, damit sie nicht brechen oder gar aus Versehen im Müll landen.
- Nicht in die Sonne legen.
- Bitte mit der Schiene nur klares Wasser trinken, für andere Getränke/Speisen sollten die Schienen herausgenommen werden.