

הוראות לאחר סיום טיפול האורתודונטי

החלק הפעיל של הטיפול הסתיים והשיניים והלסתות הגיעו למצב אליו תוכנן או למצב האופטימלי ביותר. בשלב זה, הנך נכנסת/ל לשלב הרטנציה (אחזקה/שמירת מצב). הרופא/ה יעשה את כל שביכולתו כדי למנוע תזוזת שיניים ולסתות (במידה והמתרפא/ה עדיין בתקופת גדילה- גיל העשרה). ישנם מגוון רב של מכשירים אורתודונטיים המשמשים לרטנציה, החל במכשירים ניידיים הנשלפים מן הפה ומכשירים קבועים המודבקים לשיניים.

יש לזכור כי שיניים נוטות לזוז כל ימי חיינו עקב הכוחות הפועלים עליהן (כגון לעיסה בליעה ודיבור) וכן עקב החלשות העצם התומכת בהן (מחלות חניכיים), בנוסף, ישנם גם כוחות נוספים הפועלים לעיתים על השיניים כגון לשון הנדחפת קדימה בכל בליעה ("דחיפת לשון") הגורמים לחוסר יציבות התוצאה האורתודונטית.

הרופא/ה בוחרת/ת את סוג הקיבוע ואת משך התקופה בה יש להרכיב אותו לפי חומרת הבעיה ומגוון הכוחות הפועלים על השיניים ולכן אין מקרה אחד דומה לשני. לעיתים יש צורך בהרכבת רטיינר (פלטה לרטנציה-אחזקה) משך שנה ולעיתים למשך מספר רב של שנים ואף לכל החיים.

יש להקפיד על הוראות הרופא/ה ולבוא למעקב תקופתי שכן חוסר הקפדה יביא כמעט בודאות לנסיגה בתוצאות הטיפול האורתודונטי, ישנם שני סוגי קיבוע עיקריים:

הרטיינר הקבוע

הרטיינר הקבוע (קיבוע-ספלינט) עשוי לרוב מחוט מתכתי ומותאם לצורת השיניים. החוט מודבק בד"כ לצד הפנימי של השיניים ומחבר בינם ועל ידי כך מונע את תזוזתם. יתרונו הוא בכך שאינו כרוך בשיתוף פעולה של המתרפא/ה והוא מבטיח את יציבות התוצאה. חסרונו הוא שהוא עלול להשבר עם השנים, לצבור שאריות מזון ואבנית ויש צורך בהורדתו בזמן טיפולים בשיניים אליו הוא מחובר.

- 1) יש להקפיד היטב על ניקוי השיניים במיוחד באזור הרטיינר. רובד השן ואבנית עלולים להצטבר מתחת לרטיינר ולגרום לדלקות חניכיים. לניקוי יעיל יש להשתמש בעזרים נוספים למברשת השיניים (חוט וקיסמים דנטלים מיוחדים - לא ניתן לנקות בין השיניים המחוברות ע"י החוט המקבע באמצעים הרגילים בלבד).
- 2) אחת לתקופה שיקבע הרופא יש ללכת לשיננית לניקוי האזור מאבנית.
- 3) יש להימנע מאכילת מזון העלול לנתק את הרטיינר הקבוע מהשיניים.
- 4) במידה וחשת בנייתוק מסוים, או אי נוחות, יש ליצור קשר עם המרפאה בהקדם.
- 5) רטיינר קבוע חדש עקב שבר, או תיקון רטיינר קיים עולים בכסף רב.
- 6) רטיינר קבוע יכול להישאר בפה תקופה ארוכה מאוד.
- 7) במידה ויש לך שאלות, נא להתקשר למרפאה במועד הקרוב ביותר.

הרטיינר הנייד

- 1) אי הרכבת הרטיינר עלולה להוביל לתנועת שיניים לא רצויה, ול"קלקול" תוצאות הטיפול. מצב זה עלול להצריך טיפול אורתודונטי נוסף (בתשלום).
- 2) כמו כן, הפסקת ההרכבה שלא ע"פ הוראות הרופא עלולה לגרום לכך שהרטיינר אינו מתאים יותר לשיניים, ולהצריך בניית רטיינר חדש (בתשלום).
- 3) משך השעות ביום ואורך התקופה להרכבת הרטיינר משתנה לפי הבעיה הראשונית ואינה זהה לכל מתרפא.
- 4) הרטיינר מפריע תחילה לדיבור תקין ו/או לבליעת הרוק, אך ההסתגלות היא בד"כ מהירה מאד. תרגילי קריאה בכל רם יכולים להאיץ את חזרת הדיבור התקין.

- (5) הסרת הרטיינר מהפה ע"י הלשון או משחק ברטיינר בפה, עלולים לגרום לשבירת החלקים המתכתיים שלו, ותיקונם יקר.
- (6) יש להקפיד היטב על ניקוי הרטיינר, על פי הנחיית הרופא. אין לשטוף את הרטיינר במים חמים מחשש לעוות המכשיר. קיימות בשוק טבליות מיוחדות שעוזרות בניקוי הרטיינר.
- (7) יש להקפיד על צחצוח השיניים והחניכיים, כולל אזור החיך, ללא הרטיינר כמובן.
- (8) כאשר הרטיינר אינו בפה, יש לשמור עליו בקופסה. שמירה בכיס עלולה לפגוע בשלמותו.
- (9) רטיינר חדש עקב אובדן, שבר, או תיקון רטיינר קיים עולים בכסף רב.
- (10) במידה והרטיינר אינו מתאים לשיניים, הרטיינר נשבר או אבד - נא ליצור קשר בהקדם עם המרפאה.