



Nützliche Tipps und Ratschläge zum Umgang mit der neuen Prothese

Eingewöhnung an die neue Prothese

Ein kleiner Eingewöhnungsprozess ist notwendig, um das Fremdkörpergefühl durch Ihre neue Prothese im Mund zu überwinden.

- » Die Zunge hat weniger Bewegungsfreiheit
- » Das Sprechen ist ungewohnt
- » Unsicherheit beim Essen
- » Starke Speichelbildung irritiert beim Sprechen

All dies ist völlig normal!

Jetzt geht es vor allem darum, dass Sie möglichst schnell lernen, dieses Fremdkörpergefühl zu überwinden und mit der Prothese ganz selbstverständlich zu leben, wie es vor Ihnen schon viele Millionen Menschen in der gleichen Situation gelungen ist.

Pflege der neuen Prothese

Zum täglichen Reinigen Ihrer neuen Prothese benutzen Sie normale Seife/Kernseife. Nach jedem Essen sollten Sie die Prothese herausnehmen und mit klarem Wasser abspülen. Bitte benutzen Sie keine Zahnpasta, da die Inhaltsstoffe abnutzend wirken, ebenso bitte auch keine handelsüblichen Prothesenreiniger, da diese das Material porös machen und damit Bruchreparaturen häufiger werden lassen.

So helfen Sie sich selbst:

- » Trainieren Sie das Sprechen. Lesen Sie laut vor, üben Sie die Zischlaute, telefonieren Sie öfter und sprechen mit Freunden
- » Bei starker Speichelbildung immer kurz vor dem Sprechen schlucken
- » Wählen Sie in den ersten 2 Wochen weiche und zerkleinerte Speisen, die leicht zu kauen sind
- » Beim Abbeißen die Eck- und vorderen Backenzähne benutzen
- » Brötchen, Äpfel und sogenannte „Plombenzieher“ zunächst meiden
- » Auf Mohnsamen, Sesam und Kerne anfangs ganz verzichten
- » Beim Essen die Kiefer gleichmäßig belasten
- » Tragen Sie Ihre Prothese ständig, auch während des Schlafes

Und denken Sie immer daran:

Kein Außenstehender sieht, dass Sie eine Prothese tragen. Verhalten Sie sich ganz normal in dem Bewusstsein, dass die neuen Zähne Ihr Lebensgefühl verbessern und Sie jünger und gepflegter aussehen lassen.