

## DET HÄNDER I MUNNEN

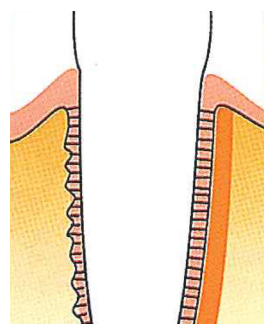
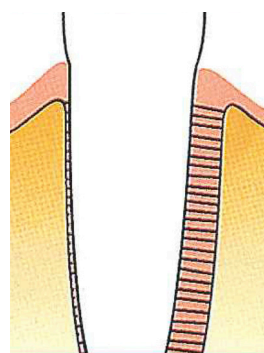
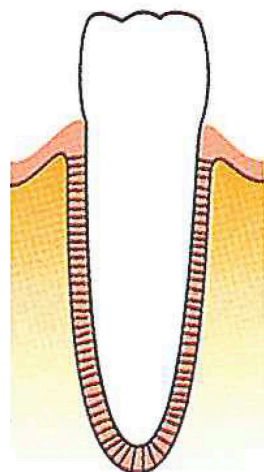
Med hjälp av tandställningen kommer dina tänder sakta att flyttas.

Tanden hålls fast i tandköttet med hjälp av tandroten. I käkbenet finns det exakt utformande hålrum för rötterna. Dessa hålrum kallas för alveoler. För att tanden inte ska ramla ur alveolen sitter den fast med många små trådar som går mellan tandroten och alveolen.

När tandställningen drar/trycker på en tand flyttas den mot ena väggen i alveolen. Trådarna som håller fast tanden trycks ihop på ena sidan och töjs ut på den andra. Tandens flyttar sig i alveolen och står inte längre mitt i. Käkbenet börjar byggas om, där trådarna töjs börjar det bildas nytt ben och där trådarna trycks ihop försvinner det ben. Under en tandregleringsbehandling trycker tandställningen mer eller mindre på tänderna hela tiden. Det innebär att ombyggnationen av käkbenet ständigt pågår.

## EFTER BEHANDLINGEN

Tänder rör sig hela livet. Därför får du efter avslutad tandregleringsbehandling en skena eller en tråd som ska hålla tänderna kvar i den nya positionen.



## HÄR FINNS VI!

### TANDREGLERINGEN ESKILSTUNA

Telefon: 016-10 43 80

E-post: [tandregleringen.eskilstuna@regionsormland.se](mailto:tandregleringen.eskilstuna@regionsormland.se)

Besöksadress: Kungsgatan 21A

### TANDREGLERINGEN KATRINEHOLM

Telefon: 016-10 43 80

E-post: [tandregleringen.eskilstuna@regionsormland.se](mailto:tandregleringen.eskilstuna@regionsormland.se)

Besöksadress: Trädgårdsgatan 1C

### TANDREGLERINGEN NYKÖPING

Telefon: 0155-24 56 54

E-post: [tandregleringen.nykoping@regionsormland.se](mailto:tandregleringen.nykoping@regionsormland.se)

Besöksadress: Brunnsgatan 40, plan 3

FTV / 2307 - 1  
Omslagsbild: Gunta Podina  
Övriga bilder: Ann-Marie Bergius, Tandregleringen



Folk tandvården Sörmland  
En del av Region Sörmland

# TANDSTÄLLNING – VAD HÄNDER MED MINA TÄNDER?



Folk tandvården Sörmland  
En del av Region Sörmland

# I BÖRJAN

## ÖM I TÄNDERNA

I början känns tandställningen ofta ovan och obekvämt. Första veckan kan du bli öm i tänderna och det kan vara svårt att tugga. Det är normalt och går över. Smärtstillande tabletter kan tas vid behov.

Under behandlingen kommer du att känna av tänderna mer, till exempel när du tuggar. Det är helt normalt.

## FÅR SKAVSÅR

Tandställningen kan ge skavsår som oftast läker på ett par dagar. Sätt lite vax, som du får av Tandregleringen, på de delar som skaver så lindrar det.



## BORSTA, BORSTA, BORSTA ...

Du behöver vara extra noggrann med tandborstningen och din munhygien.

- Borsta tänderna med fluortandkräm.
- Använd speciell tandborste (en tvåradig tandborste) eller elttandborste.
- Med mellanrumsborsten gör du rent mellan tänderna, vid tandställningens bågar och fästen.
- För att komma åt där tänderna sitter trångt kan du behöva mjuka, flossade tandstickor.
- Skölj med fluor dagligen (1–2 ggr) men inte direkt efter tandborstningen.

Slarvar du med rengöringen blir det lätt karies, hål i tänderna. Tandköttet kan blöda, bli inflammerat och ömt. Borstas inte tänderna noga kan du få skador/vita fläckar (white spots) på tänderna. Fläckarna är en kariesskada som aldrig går bort.

## SÅ SKA DU BORSTA



- ▶ Borsta tändernas utsida, mot tandköttskanten.



- ▲ Borsta över, under, mellan och mitt på fästena.



- ▶ Om du har en gomtandställning – borsta på tandköttet vid tänderna där tandställningens band sitter fast. Gör rent under plast och metall med flossad tandtråd, som du har fått information om på Tandregleringen.

## TANDSTÄLLNINGEN ÄR ÖMTÅLIG!

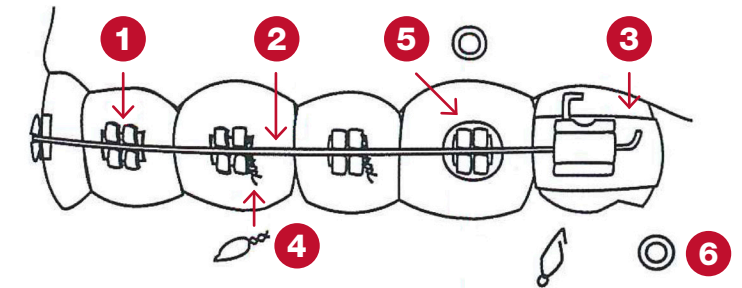
Undvik att bita i hårda eller sega saker, så minskar risken för att fästena lossnar eller att metallbågen/tråden glider åt sidan eller böjer sig.

- Bit inte i hårda eller sega saker, som till exempel kola och knäck.
- Skär till exempel morötter, hårda äpplen eller sega biffar i bitar innan du stoppar dem i munnen.
- Försök undvika ovanor som till exempel att bita på naglar eller penna.



## AKUT

Kontakta oss alltid om något går sönder på din tandställning. Med hjälp av bilden och ordlistan kan du beskriva för oss vad som hänt så att vi vet vad som ska göras.



- 1 Bracket:** Fästet som är "limmat" på tanden.
- 2 Båge:** Metalltråden som går genom fästena.
- 3 Band:** Metallring som sitter fastklistrad runt tanden.
- 4 Ligatur:** Metalltråden som håller fast bågen i fästet.
- 5 Plastring:** Ring som håller fast bågen i fästet. Det finns också ringar i form av kedjor som då sitter över flera tänder.
- 6 Separationsring:** Kraftig plastring som sitter mellan tänderna för att flytta på dessa.