



Folktandvården  
Värmland

OBS! Tänk på att du ALLTID ska ha en kontrolltid hos oss!

## Tandreglering med aktivator

En aktivator är en tandregleringsapparat av plast och rostfritt stål. Den kan ligga löst i munnen eller hållas kvar med ett nackdrag. Den ska anpassa käkleden, tuggmuskulaturen, senor och ligament till ett mer framskjutet läge av underkäken samt underlätta för tänderna i underkäken att röra sig framåt.

### Användning

Aktivatorn ska användas minst 12 timmar per dygn, under natten samt på kvällarna när du till exempel läser, sitter vid datorn eller ser på tv.

Om du har en aktivator utan nackdrag kan den de första nätterna vilja ramla ut, men det gör den inte när du vant dig. Även om du sover med öppen mun kan du efter en tids övning lära dig att sova med stängd mun och på så vis hålla kvar aktivatorn hela natten. Det finns ingen risk att svälja aktivatorn under sömnen!

Vid förkylning kan det vara svårt att använda aktivatorn under natten. Den får då användas mer under dagen. Det är normalt med en lätt ömhet i tänder och käkmuskler efter det att du använt din aktivator. Kontakta din tandläkare om du av någon anledning inte kan använda din aktivator. Då undviks onödiga avbrott i behandlingen.

### Rengöring

Gör ren aktivatorn varje dag med en mjuk tandborste i ljummet vatten, gärna med flytande tvål eller diskmedel. Blir det beläggningar som inte går bort kontaktar du din tandläkare.

### Förvaring

Förvara din aktivator på ett säkert ställe när du inte använder den så att husdjur eller syskon inte leker med den. Ta med din aktivator när du besöker oss.

