



## คำแนะนำและข้อปฏิบัติ การสวมใส่และใช้งาน เครื่องมือจัดฟัน Invisalign®



- สวมอุปกรณ์จัดฟันตามคำแนะนำของแพทย์ ประมาณ 20-22 ชั่วโมงต่อวัน
- ล้างมือให้สะอาดด้วยสบู่และน้ำก่อนหยิบจับเครื่องมือจัดฟัน
- หยิบเครื่องมือจัดฟันครั้งละหนึ่งชิ้นเท่านั้น
- ล้างเครื่องมือจัดฟันเมื่อนำออกจากช่องบรรจุภัณฑ์

### การใส่ Aligner

1. ตรวจสอบให้แน่ใจว่าคุณหยิบเครื่องมือจัดฟันที่ถูกต้อง — ฟันบนสำหรับฟันบน และฟันล่างสำหรับฟันล่าง
2. เพื่อหลีกเลี่ยงความสับสน เครื่องมือจัดฟันแต่ละชิ้นจะถูกสลักด้วยหมายเลขเคสเฉพาะของคุณ ตัว "U" สำหรับด้านบนและ "L" สำหรับด้านล่าง ตามด้วยหมายเลขลำดับชิ้นงาน
3. สามารถใส่เครื่องมือจัดฟันที่แน่นบนหรือล่างก่อนก็ได้ เมื่อใส่อุปกรณ์จัดฟันแต่ละอันให้ค่อยๆ ดันเครื่องมือจัดฟันไปบนฟันหน้า จากนั้นใช้แรงกดเท่ากันโดยใช้ปลายนิ้วแต่ละด้านบนของฟันกรามซ้ายและขวา (ฟันหลัง) จนกว่าเครื่องมือจัดฟันจะเข้าที่
4. อย่าใช้วิธีรัดเครื่องมือจัดฟันของคุณให้เข้าที่ วิธีนี้อาจทำให้เครื่องมือจัดฟันแตกหัก เสียหาย

**หมายเหตุ:** หากคุณมีอาการปวดรุนแรงหรือใส่แล้วรู้สึกไม่สบายอย่างมาก ให้หยุดการใช้เครื่องมือจัดฟันและติดต่อทันตแพทย์ของคุณ

### การถอด Aligner

1. เลือกถอดด้านใดด้านหนึ่งของปากก่อน โดยใช้ปลายนิ้วงอคุณดันที่ด้านในของฟันกรามหลังเพื่อค่อยๆ ดึงเครื่องมือจัดฟันออกจากฟันกราม
2. ทำขั้นตอนนี้ซ้ำที่อีกด้านของปากก่อนพยายามถอดเครื่องมือจัดฟันออกให้หมด
3. เมื่อถอดเครื่องมือจัดฟันออกจากฟันกรามทั้งสองข้างของปากแล้ว ควรค่อยๆ เคลื่อนไปข้างหน้าอย่างช้าๆ โดยค่อยๆ จัดเครื่องมือจัดฟันออกจากฟันด้วยปลายนิ้ว

### หมายเหตุ:

- ล้างเครื่องมือจัดฟันด้วยน้ำสะอาด(อุณหภูมิห้อง) แทนที่ สะบัดน้ำส่วนเกินออก และเก็บอุปกรณ์จัดฟันในกล่องป้องกันที่มาพร้อมกล่องอุปกรณ์ชุดแรก
- เพื่อช่วยป้องกันความเสียหายที่อาจจะเกิดกับการเครื่องมือจัดฟัน ให้หลีกเลี่ยงการถอดเครื่องมือออกโดยไม่จำเป็น
- ระวังระวังในการถอดอุปกรณ์จัดฟันออก โดยเฉพาะอย่างยิ่งหากมีการติดปูนหรือการช่วยการเคลื่อนที่ของฟันหลายตำแหน่ง
- ห้ามใช้แรงมากเกินไปในการงอหรือบิดเครื่องมือจัดฟันเพื่อถอดออก
- ห้ามใช้วัตถุคมในการถอดอุปกรณ์จัดฟันออก
- **ปรึกษากับทันตแพทย์หากเครื่องมือจัดฟันของคุณถอดออกยากมาก**

### การดูแลประจำวันและบำรุงรักษา INVISALIGN® ALIGNERS

1. ทำความสะอาดเครื่องมือจัดฟันก่อนใส่แต่ละครั้ง โดยใช้แปรงสีฟันขนนุ่มกับน้ำและยาสีฟันเล็กน้อย คุณอาจพบว่าทำความสะอาดด้านนอกของเครื่องมือจัดฟันได้ง่ายที่สุดโดยการแปรงฟันขณะที่อยู่บนอุปกรณ์จัดฟันยังคงอยู่ จากนั้นจึงถอดเครื่องมือจัดฟันออกเพื่อทำความสะอาดพื้นผิวด้านใน
- หมายเหตุ:** อย่าล้างเครื่องมือจัดฟันแต่ละชิ้นด้วยน้ำสะอาด(อุณหภูมิห้อง) หลังการทำความสะอาดแต่ละครั้ง
2. ห้ามใช้น้ำยาคำความสะอาดฟันปลอมเพื่อกำความสะอาดเครื่องมือจัดฟัน ห้ามแช่ในน้ำยาบ้วนปาก ผลิตภัณฑ์เหล่านี้สามารถทำลายพื้นผิวของเครื่องมือจัดฟัน ทำให้เกิดความหมองคล้ำและมองเห็นได้ชัดเจนขึ้น

### การดูแลสุขอนามัยช่องปากที่เหมาะสม

1. ถอดอุปกรณ์จัดฟันออกเพื่อรับประทานอาหารและดื่มน้ำ (ไม่จำเป็นต้องถอดอุปกรณ์จัดฟันออกเพื่อดื่มน้ำเย็น)
2. แปรงฟันและใช้ไหมขัดฟันหลังอาหารแต่ละมื้อหรือหลังของว่างก่อนใส่เครื่องมือจัดฟันกลับเข้าไปใหม่ หากคุณไม่สามารถทำความสะอาดหรือแปรงฟัน คุณก็เพียงแค่บ้วนปาก จากนั้นทำความสะอาดเครื่องมือจัดฟันโดยถือไว้ด้านในอุ่น นี้อาจจะไม่ใช่วิธีที่ดีที่สุดในการทำ ความสะอาดแต่ก็พอทดแทนได้
3. อย่าลืมทำความสะอาดเครื่องมือจัดฟันโดยเร็วที่สุด
4. หากคุณมีคำถามใด ๆ เกี่ยวกับเทคนิคการดูแลสุขอนามัย โปรดปรึกษากับทันตแพทย์ของคุณ
5. แนะนำให้ตรวจสุขภาพฟันและทำความสะอาดเป็นประจำเพื่อสุขภาพฟันและเหงือกของคุณ

### การจัดเก็บอุปกรณ์จัดฟันแบบใส Invisalign

แนะนำให้เก็บเครื่องมือฟัน Invisalign ไว้ในกล่องกรณีที่ไม่ได้ใส่อยู่ในช่องปาก ซึ่งจะช่วยปกป้องเครื่องมือจัดฟัน Invisalign ของคุณจากการสูญหายหรือแตกหัก

**หมายเหตุ:** โดยปกติคนส่วนใหญ่จะมีอาการเจ็บฟันสองสามวันหลังจากเริ่มเปลี่ยนใส่เครื่องมือจัดฟัน Invisalign ชุดใหม่ ซึ่งเป็นสัญญาณว่าเครื่องมือจัดฟัน Invisalign กำลังทำงานเคลื่อนฟันของคุณไปตามเครื่องมือจัดฟัน Invisalign แต่ละชุด อาการเจ็บนี้มักจะค่อยๆ หายไปภายในสองสามวันหลังจากใส่เครื่องมือจัดฟันใหม่ในชุด หากไม่เป็นเช่นนั้น ให้รีบติดต่อหาทันตแพทย์