

# USE AND CARE INSTRUCTIONS

for your Invisalign® aligners



INSTRUCTIONS D'UTILISATION ET D'ENTRETIEN  
de vos aligners Invisalign®

GEBRAUCHS- UND PFLEGEANWEISUNGEN  
für Ihre Invisalign®-Aligner

INSTRUCCIONES DE USO Y MANTENIMIENTO  
de los aligners Invisalign®

ISTRUZIONI PER L'USO E LA MANUTENZIONE  
degli aligner Invisalign®

インビザライン®・アライナーの  
ご使用方法について

Invisalign® 定制式矫治器使用及保养指南



**invisalign®**

The Clear Alternative to Braces

## WEARING AND USING YOUR INVISALIGN® ALIGNERS - ENGLISH

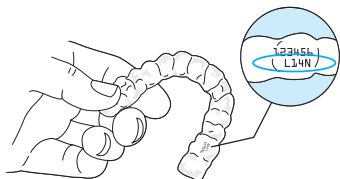
Here are some tips to help ensure proper use and avoid damaging your aligners.

### Always Remember To

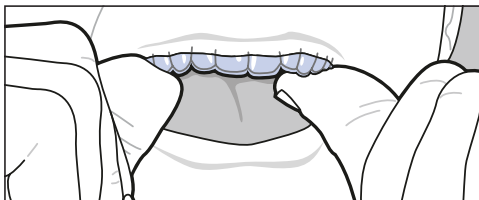
1. Wear your aligners per your doctor's instructions, usually **20-22 hours** per day.
2. Wash your hands thoroughly with soap and water before handling your aligners.
3. Handle only **ONE** aligner at a time.
4. Rinse your aligners when removing them from the packaging.

### Aligner Insertion

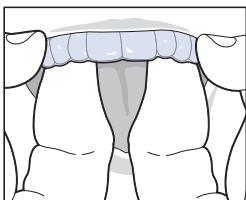
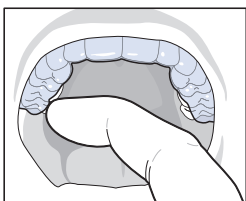
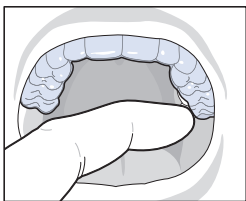
1. Make sure you have the proper aligner—the upper for your top teeth and the lower for your bottom teeth.
2. To help avoid confusion, each aligner is engraved with your unique case number, a "U" for upper and an "L" for lower, followed by the stage number.



3. You may insert either the upper or lower aligner first. When inserting each aligner, gently push the aligners over your front teeth. Then apply equal pressure, using your fingertips, to the tops of your left and right molars (back teeth) until the aligner snaps into place.



4. Do **NOT** bite your aligners into position. This may damage them.  
**Note:** If you experience sharp pain or significant discomfort, discontinue use of the aligners and contact your doctor.



### Aligner Removal

1. On one side of your mouth, use your fingertip on the inside of your back molar to slowly pull the aligner from your molars.
2. Repeat this process on the other side of your mouth before trying to completely remove the aligner.
3. Once aligner is disengaged from the molars on both sides of your mouth, you should be able to slowly work your way forward gently prying the aligner away from your teeth with your fingertips.

### Note:

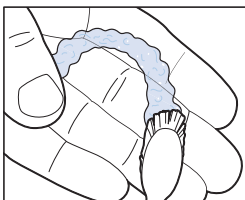
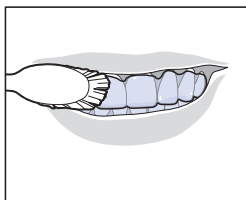
- Immediately rinse aligner with water, shake off excess water, and store your aligners in the protective case provided with your starter kit.
- To help prevent damage to the aligners, avoid unnecessary removal.
- Take care in removing your aligners, especially if multiple attachments are being used.
- Do not use excessive force to bend or twist an aligner to get it off.
- DO NOT use any sharp object to remove your aligners.
- Consult with your doctor if your aligners are extremely difficult to remove.

## DAILY CARE AND MAINTENANCE OF YOUR INVISALIGN® ALIGNERS

1. Clean your aligners prior to each insertion. Use a soft bristle toothbrush with water and a small amount of toothpaste. You may find it easiest to clean the outside of your aligners by brushing them while they are still on your teeth, then remove your aligners to clean the inside surfaces.

**Note:** Be sure to rinse each aligner thoroughly with water after each cleaning. We also recommend that you use the Invisalign aligner cleaning products once a week, or as needed.

2. Do NOT use denture cleaners to clean aligners. Do NOT soak them in mouthwash. These products can damage the surface of the aligner, causing it to become dull and more visible.



### Proper Oral Hygiene

1. Remove your aligners for eating and drinking. (You do not need to remove your aligners to drink cool water.)
2. Brush and floss your teeth after each meal or snack prior to re-inserting your aligners. If you don't have access to your cleaning system or a toothbrush, you can simply rinse your mouth, and then clean your aligners by holding them under warm running water. It's not the best way to clean, but it works in a pinch. Be sure to thoroughly clean your aligners at your earliest convenience.
3. If you have any questions regarding hygiene techniques, please consult your doctor.
4. Regular dental checkups and cleaning are recommended for the continued health of your teeth and gums.

## Storing your Invisalign Aligners

Two aligner cases are included in your starter kit, a blue case and a red (or orange) case. We recommend that you store your Invisalign aligners in a case when they are not in your mouth. This will help protect them from loss and damage.

Designate your blue aligner case for your "current stage." Store the aligners you are currently using (e.g., stage #1) in this case.

When it is time to switch up to the next stage (e.g. stage #2), transfer the previous aligners (e.g. stage #1) to the red (or orange) case. Always keep the most recently used aligners in this case. If your current aligner is lost or broken, your doctor may recommend that you temporarily go back one stage and use the aligners in the red (or orange) case while a replacement is being made.

**Note:** Keep all of your older aligners in a clean plastic bag, or as instructed by your doctor. Keep them out of reach of small children and pets.

## FREQUENTLY ASKED QUESTIONS AND ANSWERS

**Q: Will the treatment be painful?**

A: Most people experience tooth soreness for a few days after starting each new stage. This is normal. It is a sign that the Invisalign aligners are working, moving your teeth to their final destination. This soreness should gradually go away a couple of days after inserting the new aligner in the series. If it doesn't, promptly call your doctor.

**Q: Will wearing the Invisalign aligners affect my speech?**

A: Like all orthodontic treatments, the aligners may temporarily affect your speech, and you may have a slight lisp for a day or two. However, as your tongue gets used to having aligners in your mouth, any lisp or minor speech impediment caused by your aligners should disappear.

**Q: What should I do if my new Invisalign aligner doesn't snap onto my teeth?**

A: Minor discrepancies between the new aligner and the current tooth position are normal, since the teeth need time to conform to the new aligner position. In the event of significant problems with aligner fit, inform your doctor.

**Q: Are there restrictions on what I can eat?**

A: In general, no. Unlike traditional orthodontics, you can usually eat and drink whatever you desire because you remove your aligners while eating. Thus, there is no need to restrict your consumption of any of your favorite foods and snacks, unless otherwise instructed by your doctor.

**Q: Is it OK to drink hot or cold beverages while wearing Invisalign aligners?**

A: Except for cool water, we recommend that you do not drink while wearing the aligners. This is to avoid formation of cavities and stains, or warping of the aligners with hot drinks and hot water.

**Q: Can I chew gum while wearing Invisalign aligners?**

A: NO. Gum will stick to the aligners. We recommend removing your aligners for all snacks and meals.

**Q: Will smoking or chewing tobacco stain the aligners?**

A: We discourage tobacco use while wearing aligners because of the possibility of aligner discoloration.

**Q: Why do some of my aligners have bumps or ridges on them?**

A: Depending on your specific treatment, some of the movements may require either "attachments" or "ridges" to help the aligner grip the teeth. These bumps, or wells, are where the aligner grips the attachment the doctor places on your teeth. The attachments are actually small pieces of composite the doctor affixes to your teeth that are then gripped by bumps on your aligners. The ridges are slim indentations in your aligners. Your doctor will use one or both of these features to attempt to achieve the desired movement.

**Q: What if I lose or break an Invisalign aligner?**

A: In the event that an aligner is lost or broken, you should immediately inform your doctor. Your doctor will probably tell you to start wearing your last set or next set of aligners immediately. He or she will possibly order you a new set of aligners to replace the ones you just lost, which should arrive in a few days.

**Q: What if I lose or break an attachment?**

A: In the event that an attachment is lost or broken, you should immediately contact your doctor.

Note: If you have additional questions after reading this pamphlet, please consult with your doctor.

Warning: In rare instances, some patients may be allergic to the plastic aligner material. In such cases, discontinue use and consult a health care professional immediately. Align Technology must also be notified. Orthodontic appliances, or parts thereof, may be accidentally swallowed or aspirated and may be harmful.

## PORT ET UTILISATION DES ALIGNERS INVISALIGN® - FRANÇAIS

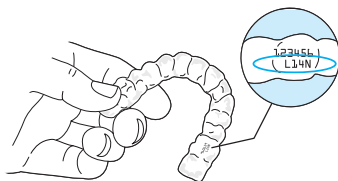
Voici quelques astuces pour une utilisation appropriée et éviter l'endommagement de vos aligners.

### Prenez soin de

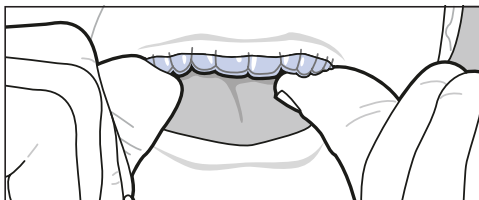
1. Porter vos aligners selon les instructions de votre praticien, généralement entre 20 et 22 heures par jour.
2. Toujours vous laver soigneusement les mains à l'eau et au savon avant de manipuler vos aligners.
3. Ne manipuler qu'UN seul aligner à la fois.
4. Rincer vos aligners lorsque vous les sortez de l'emballage.

### Mise en place des aligners

1. Assurez-vous de prendre le bon aligner - celui du haut pour les dents du haut et celui du bas pour les dents du bas.
2. Pour éviter toute confusion, chaque aligner est marqué avec votre numéro de cas unique, ainsi qu'un numéro d'étape précédé d'un "U" pour les aligners du haut, ou d'un "L" pour les aligners du bas.



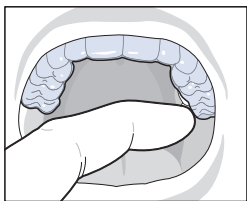
3. Vous pouvez mettre en place soit l'aligner du haut, soit l'aligner du bas en premier. Lors de la mise en place de chaque aligner, poussez légèrement l'aligner sur vos dents antérieures (du devant). Puis appliquez une pression égale en vous servant de vos pouces sur les zones molaires (à l'arrière) à droite et à gauche jusqu'à ce que les aligners soient bien en place.



4. NE PAS MORDRE pour enclencher les aligners - Cela risque de les endommager.

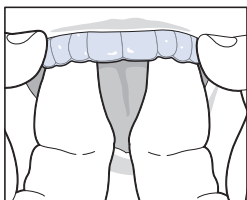
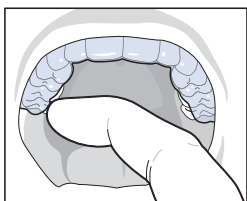
**Note :** si vous sentez une douleur soudaine ou si vous éprouvez un inconfort important, veuillez arrêter le port des aligners et contactez votre praticien.





### Enlever les aligners

1. Sur un côté de la bouche, placez votre doigt à l'intérieur de la dernière molaire afin de retirer lentement les aligners de vos molaires.
2. Répétez l'action de l'autre côté de la bouche avant d'essayer de retirer complètement les aligners.
3. Après avoir désinséré les aligners des molaires des deux côtés de la bouche, vous devriez pouvoir détacher lentement et doucement les aligners de vos dents avec vos doigts.



### Note :

- Rincez immédiatement vos aligners avec de l'eau, secouez-les afin d'enlever tout excès d'eau et rangez-les dans la boîte de protection prévue à cet effet.
- Afin d'éviter tout endommagement, évitez d'ôter vos aligners inutilement.
- Enlevez vos aligners avec soin, en particulier si vous portez de nombreux taquets.
- N'utilisez pas de force excessive pour tordre un aligner pour l'enlever.
- NE PAS utiliser d'objet pointu pour enlever vos aligners.
- Veuillez consulter votre praticien si vos aligners sont difficiles à enlever.

## ENTRETIEN QUOTIDIEN DE VOS ALIGNERS INVISALIGN®

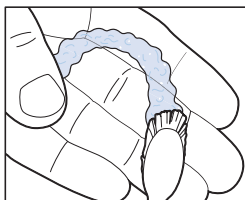
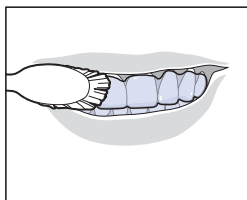
1. Nettoyez vos aligners avant de les mettre en bouche. Utilisez à cet effet votre brosse à dent avec de l'eau et éventuellement un peu de dentifrice. Il peut être plus facile de nettoyer l'extérieur des aligners en les brossant pendant que vous les portez, puis de les enlever pour nettoyer les surfaces intérieures.

Note : Rincez soigneusement chaque aligner sous l'eau après chaque nettoyage. Nous vous recommandons également d'utiliser le système de nettoyage pour vos aligners Invisalign une fois par semaine, ou selon vos besoins.

2. NE PAS utiliser de produits pour prothèses dentaires ou de bain de bouche pour nettoyer vos aligners. Ces produits peuvent endommager la surface des aligners, altérant leur teinte et les rendant ainsi visibles.

### Une Bonne Hygiène Buccale

1. Toujours enlever vos aligners avant de manger ou boire. (Vous n'avez pas besoin de retirer vos aligners pour boire de l'eau fraîche.)
2. Brossez vos dents et passez un fil dentaire après chaque repas ou en-cas avant de remettre vos aligners. Si vous ne pouvez pas utiliser votre système de nettoyage ou votre brosse à dents, vous pouvez simplement vous rincer la bouche, et nettoyer vos aligners à l'eau tiède du robinet. Ce n'est pas la meilleure manière de les nettoyer, mais cela fonctionne en cas de dépannage. Prenez soin ensuite de nettoyer correctement vos aligners dès que vous pouvez.
3. Si vous avez des questions concernant votre hygiène buccale, veuillez consulter votre praticien.
4. Des contrôles dentaires et un nettoyage réguliers sont recommandés pour préserver la santé de vos dents et de vos gencives.



### **Ranger vos aligners Invisalign**

Deux boîtes vous seront remises au début de votre traitement, une bleue et une rouge (ou orange). Nous vous recommandons de ranger vos aligners dans une de ces boîtes lorsque vous ne les portez pas, afin de les protéger et de ne pas les perdre. La boîte bleue est prévue pour votre étape actuelle. Rangez dans cette boîte les aligners que vous utilisez actuellement (ex : étape n° 1).

Lorsqu'il est temps de passer à l'étape suivante (ex : étape n° 2), rangez vos aligners précédents dans la boîte rouge. Toujours garder les aligners utilisés récemment dans cette boîte. Si vous perdez ou cassez vos aligners actuels, votre praticien peut vous conseiller de revenir à l'étape précédente et ainsi d'utiliser les aligners qui étaient dans la boîte rouge pendant que des aligners de remplacement sont fabriqués.

**Note :** Gardez les aligners précédents dans un sac en plastique propre ou suivez les conseils de votre praticien. Ne pas laisser les aligners à la portée des enfants ou des animaux domestiques.

## QUESTIONS – RÉPONSES

### **Q : Le traitement sera-t-il douloureux ?**

R : La plupart des patients ressentent une douleur dentaire pendant quelques jours au début de chaque étape. Ceci est normal. C'est le signe que les mouvements dentaires avec les aligners Invisalign s'opèrent bien. Cette douleur devrait disparaître progressivement quelques jours après la mise en place du nouvel aligner. Si ce n'est pas le cas, veuillez contacter votre praticien.

### **Q : Le port des aligners aura-t-il un effet sur mon élocution ?**

R : Comme tout appareil orthodontique, les aligners peuvent temporairement affecter votre élocution. Cependant, au fur et à mesure que votre langue s'habitue au port des aligners, tout défaut d'élocution disparaîtra.

### **Q : Que faire si mon nouvel aligner ne s'adapte pas ?**

R : Un léger décalage entre le nouvel aligner et la position actuelle de vos dents est normal car vos dents ont besoin de temps pour se déplacer jusqu'à la position voulue par le nouvel aligner. Si vous éprouvez de grandes difficultés pour la mise en place du nouvel aligner, veuillez informer votre praticien.

### **Q : Existe-t-il des restrictions alimentaires ?**

R : En général, non. Contrairement aux appareils orthodontiques traditionnels, vous pouvez manger et boire ce que vous voulez car vous enlevez les aligners. De ce fait, il n'y a pas de restrictions sauf contre-indication de votre praticien.

### **Q : Est-il possible de consommer des boissons chaudes ou froides lorsqu'on porte les aligners ?**

R : Excepté pour l'eau fraîche, nous vous recommandons de ne pas boire lorsque vous portez les aligners, afin d'éviter la formation de caries, de taches ainsi que la déformation des aligners par les boissons trop chaudes.

### **Q : Peut-on mâcher du chewing-gum en portant les aligners ?**

R : NON. Le chewing-gum collerait aux aligners. Nous vous recommandons d'enlever vos aligners pour chaque repas ou en-cas.

### **Q : Est-ce que fumer peut tacher les aligners ?**

R : Nous vous déconseillons de fumer lorsque vous portez les aligners car cela peut entraîner une coloration.

**Q : Pourquoi certains aligners ont-ils des encoches ou des stries ?**

R : En fonction de votre traitement, certains mouvements peuvent nécessiter des "taquets" ou "stries" pour aider l'aligner à adhérer aux dents. Ces encoches ou ces creux s'enclenchent sur les taquets que le praticien place sur vos dents. Les taquets sont en général des petites formes en céramique que votre praticien fixe sur vos dents et dans lesquelles s'enclenchent les encoches de vos aligners. Les stries sont des petites découpes dans vos aligners. Votre praticien utilisera l'un de ces dispositifs, ou les deux, pour essayer d'obtenir les mouvements souhaités.

**Q : Que se passe-t-il lorsqu'un aligner est cassé ou perdu ?**

R : Dans le cas où un aligner serait perdu ou cassé, veuillez immédiatement en informer votre praticien. Ce dernier vous dira probablement de remettre immédiatement les aligners précédents, ou de passer aux aligners suivants. Votre praticien commandera probablement de nouveaux aligners pour remplacer ceux que vous avez perdus. Ils sont généralement livrés en quelques jours.

**Q : Que se passe-t-il si un taquet se décolle ?**

R : Dans le cas où un taquet se décollerait, veuillez immédiatement en informer votre praticien.

Remarque : si vous avez encore des questions après avoir lu ce document, nous vous invitons à consulter votre praticien.

Avertissement : Dans de rares cas, certains patients peuvent être allergiques à la matière plastique des aligners. Si tel est le cas, arrêtez l'utilisation de vos aligners et consultez immédiatement votre praticien. Veuillez également le signaler à Align Technology. De plus des appareils orthodontiques, ou des pièces de ces appareils, peuvent être avalés ou aspirés accidentellement et peuvent être nocifs.

## TRAGEN UND PFLEGEN IHRER INVISALIGN®-ALIGNER - DUETSCH

Hier finden Sie einige Ratschläge, wie Sie mit den Alignern umgehen sollten und wie Sie eine Beschädigung der Aligner vermeiden können.

### Nicht vergessen:

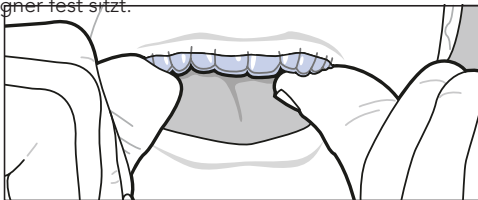
1. Tragen Sie die Aligner wie von Ihrem Arzt angegeben, für gewöhnlich 20-22 Stunden pro Tag.
2. Waschen Sie die Hände gründlich mit Seife und Wasser, bevor Sie die Aligner einsetzen.
3. Setzen Sie immer nur EINEN Aligner auf einmal ein.
4. Spülen Sie die Aligner mit Wasser ab, wenn Sie sie aus der Verpackung nehmen.

### Einsetzen der Aligner

1. Vergewissern Sie sich, dass Sie den richtigen Aligner verwenden – den oberen für die oberen Zähne und den unteren für die unteren Zähne.
2. Um Missverständnisse zu vermeiden, ist auf jedem Aligner Ihre Behandlungsnummer und ein „U“ für Oberkiefer und ein „L“ für Unterkiefer, gefolgt von der Stufennummer, einge

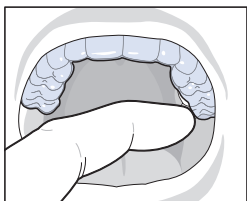


3. Sie können entweder den oberen oder den unteren Aligner zuerst einsetzen. Drücken Sie die Aligner vorsichtig über die Frontzähne, um die Aligner einzusetzen. Üben Sie dann mit den Fingerspitzen gleichmäßigen Druck auf die Oberseite der linken und rechten Molaren (Backenzähne) aus, bis der Aligner fest sitzt.



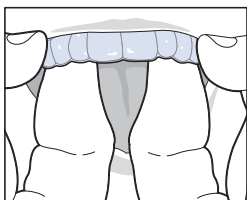
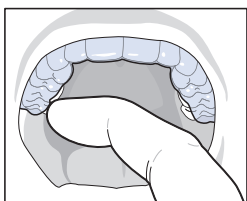
4. Beißen Sie bitte NICHT die Zähne zusammen, um die Aligner in die gewünschte Position zu bringen. Dadurch könnten sie beschädigt werden.

**Hinweis:** Wenn die Aligner stechende Schmerzen hervorrufen oder starken Druck ausüben, verwenden Sie die Aligner nicht weiter und wenden Sie sich an Ihren Arzt.



### Herausnehmen der Aligner

1. Legen Sie auf einer Seite des Mundes Ihre Fingerspitze an die Innenseite des hinteren Molars, um den Aligner langsam von den Molaren zu lösen.
2. Wiederholen Sie diesen Vorgang auf der anderen Seite des Mundes, bevor Sie den Aligner vollständig herausnehmen.
3. Sobald Sie den Aligner auf beiden Seiten von den Molaren abgenommen haben, führen Sie Ihre Fingerspitzen langsam nach vorne und ziehen Sie den Aligner dabei vorsichtig schrittweise von Ihren Zähnen ab.



### Hinweis:

- Spülen Sie die Aligner umgehend mit Wasser ab, lassen Sie überschüssiges Wasser abtropfen und bewahren Sie die Aligner in dem im Starter-Kit enthaltenen Schutzbehälter auf.
- Um eine Beschädigung zu vermeiden, sollten Sie die Aligner nur herausnehmen, wenn dies wirklich erforderlich ist.
- Gehen Sie beim Herausnehmen der Aligner sehr vorsichtig vor, insbesondere, wenn mehrere Attachments verwendet werden.
- Achten Sie beim Abziehen der Aligner darauf, dass Sie keine übermäßige Kraft anwenden und sie dadurch verbogen oder verdreht werden.
- Verwenden Sie zum Herausnehmen der Aligner KEINE scharfkantigen Gegenstände.
- Wenn das Herausnehmen der Aligner Schwierigkeiten bereitet, wenden Sie sich an Ihren Arzt.

## TÄGLICHE PFLEGE DER INVISALIGN®-ALIGNER

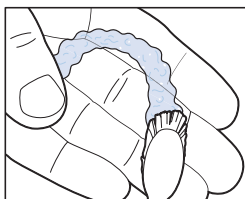
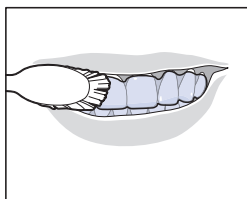
1. Reinigen Sie die Aligner vor jedem Einsetzen. Verwenden Sie dazu eine weiche Zahnbürste, Wasser und etwas Zahnpasta. Reinigen Sie die Außenseite der Aligner am besten mithilfe der Zahnbürste, wenn Sie sie noch tragen. Nehmen Sie die Aligner anschließend heraus, um die Innenflächen zu säubern.

**Hinweis:** Spülen Sie die Aligner nach der Reinigung gründlich mit Wasser ab. Wir empfehlen außerdem, einmal pro Woche oder nach Bedarf die Invisalign Aligner-Reinigungsprodukte anzuwenden.

2. Verwenden Sie für die Reinigung der Aligner KEINE Gebissreiniger. Tauchen Sie sie NICHT in Mundwasser ein. Diese Produkte können die Oberfläche der Aligner beschädigen und sie matt werden lassen, wodurch sie sichtbarer werden.

### Richtige Mundhygiene

1. Nehmen Sie die Aligner vor dem Essen und Trinken heraus. (Wenn Sie nur kaltes Wasser trinken, müssen die Aligner nicht herausgenommen werden.)
2. Nach jeder Mahlzeit oder Zwischenmahlzeit sollten Sie die Zähne putzen und mit Zahnseide pflegen, bevor Sie die Aligner wieder einsetzen. Wenn Sie Ihr Reinigungssystem oder eine Zahnbürste gerade nicht zur Hand haben, spülen Sie den Mund aus. Reinigen Sie dann die Aligner, indem Sie sie unter fließendes warmes Wasser halten. Diese Reinigungsmethode ist zwar nicht optimal, aber immerhin eine Notlösung. Sie sollten aber unbedingt bei der nächsten Möglichkeit die Aligner gründlich reinigen.
3. Sollten Sie Fragen zu den Hygienetechniken haben, wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt.
4. Regelmäßige zahnärztliche Untersuchungen und eine professionelle Zahnreinigung werden empfohlen, um Zähne und Zahnfleisch gesund zu halten.





### **Aufbewahren der Invisalign-Aligner**

Im Starter-Kit sind zwei Aligner-Behälter enthalten, ein blauer und ein roter (bzw. orangefarbener). Wenn Sie die Invisalign-Aligner gerade nicht tragen, sollten Sie sie in einem Behälter aufbewahren. So können sie nicht so leicht verloren gehen oder beschädigt werden.

Der blaue Aligner-Behälter ist für die aktuelle Behandlungsstufe gedacht. Bewahren Sie die derzeit verwendeten Aligner (z. B. Stufe 1) in diesem Behälter auf.

Wenn es Zeit wird, zur nächsten Stufe zu wechseln (z. B. Stufe 2), legen Sie die vorherigen Aligner (z. B. Stufe 1) in den roten (bzw. orangefarbenen) Behälter. Bewahren Sie immer die zuletzt verwendeten Aligner in diesem Behälter auf. Sollte der aktuelle Aligner einmal verlorengehen oder beschädigt werden, wird Ihnen Ihr Arzt möglicherweise raten, vorübergehend, bis ein Ersatz-Aligner angefertigt wurde, die Aligner der letzten Stufe aus dem roten (bzw. orangefarbenen) Behälter zu tragen.

**Hinweis:** Bewahren Sie alle älteren Aligner in einer sauberen Plastiktüte auf oder befolgen Sie die Anweisungen Ihres Arztes. Halten Sie sie von Kindern und Haustieren fern.

## HÄUFIG GESTELLTE FRAGEN UND DEREN ANTWORTEN

### **F: Ist die Behandlung schmerzhaft?**

A: Bei den meisten Patienten treten jeweils nach der Umstellung auf eine neue Stufe ein paar Tage lang Zahnirritationen auf. Dies ist ganz normal und ist ein Zeichen dafür, dass die Invisalign-Aligner ihren Dienst tun und Ihre Zähne in die gewünschte Position verschieben. Ein paar Tage nach dem Einsetzen der jeweils neuen Aligner aus der Reihe sollten diese Irritationen allmählich nachlassen. Falls nicht, wenden Sie sich umgehend an Ihren Arzt.

### **F: Leidet meine Aussprache, wenn ich die Invisalign-Aligner trage?**

A: Wie alle kieferorthopädischen Behandlungen können die Aligner die Aussprache etwas beeinträchtigen, und an den ersten ein oder zwei Tagen kann ein leichtes Lispeln auftreten. Sobald sich Ihre Zunge jedoch an die Aligner in Ihrem Mund gewöhnt hat, sollten das Lispeln oder sonstige kleinere, durch Aligner verursachte Sprachfehler wieder verschwinden.

### **F: Was muss ich tun, wenn sich der neue Invisalign-Aligner nicht auf meine Zähne setzen lässt?**

A: Kleinere Abweichungen zwischen dem neuen Aligner und der aktuellen Zahnposition sind normal, da die Zähne Zeit brauchen, um sich an die neue Aligner-Position anzupassen. Sollten Sie jedoch ernsthafte Schwierigkeiten mit der Passform der Aligner haben, informieren Sie Ihren Arzt.

### **F: Kann ich alles ohne Einschränkung essen?**

A: Normalerweise ja. Im Gegensatz zu herkömmlichen kieferorthopädischen Maßnahmen können Sie in der Regel alles essen und trinken, was Sie gerne möchten, da Sie die Aligner beim Essen herausnehmen. Aus diesem Grund müssen Sie nicht auf Ihre Lieblingsspeisen oder Snacks verzichten, sofern Sie keine anderweitigen Anweisungen von Ihrem Arzt erhalten haben.

### **F: Darf ich heiße oder kalte Getränke zu mir nehmen, während ich die Invisalign-Aligner trage?**

A: Außer kaltem Wasser sollten Sie nichts trinken, während Sie die Aligner tragen. Sie verhindern so Kariesbildung und die Entstehung von Flecken. Außerdem können sich die Aligner durch heiße Flüssigkeiten verformen.

**F: Kann ich Kaugummi kauen, während ich die Invisalign-Aligner trage?**

A: NEIN. Der Kaugummi bleibt an den Alignern kleben. Sie sollten die Aligner immer herausnehmen, bevor Sie Zwischenmahlzeiten und Mahlzeiten zu sich nehmen.

**F: Verursacht Rauchen oder Kauen von Tabak Flecken an den Alignern?**

A: Wir raten von Tabakgenuss während des Tragens von Alignern ab, da diese verfärbt werden könnten.

**F: Warum weisen einige Aligner Höcker oder Furchen auf?**

A: Je nach Behandlungsform sind für die Bewegung der Zähne „Attachments“ oder „Ridges“ erforderlich, damit die Aligner besseren Griff an den Zähnen haben. Diese Höcker oder Vertiefungen sind die Stellen, an denen Aligner in die Attachments, die der Arzt auf Ihre Zähne setzt, einrasten. Bei den Attachments handelt es sich um kleine Kompositteile, die der Arzt an Ihren Zähnen befestigt und die in den Höckern an Ihren Alignern einrasten. Die Ridges sind kleine Einkerbungen in den Alignern. Diese Funktionen sollen einzeln oder kombiniert dazu beitragen, die gewünschte Bewegung zu erzielen.

**F: Was ist zu tun, wenn ich einen Invisalign-Aligner verliere oder er beschädigt wird?**

A: In diesem Fall sollten Sie umgehend Ihren Arzt informieren. Er wird Ihnen vermutlich raten, sofort das vorherige oder nächste Aligner-Set zu tragen. Vermutlich wird er als Ersatz ein neues Aligner-Set bestellen, welches dann einige Tage später eintreffen wird.

**F: Was ist zu tun, wenn ich ein Attachment verliere oder es beschädigt wird?**

A: In diesem Fall sollten Sie umgehend Ihren Arzt informieren.

**Hinweis:** Sollten Sie auch nach dem Lesen dieser Broschüre noch Fragen haben, wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt.

**Warnung:** In seltenen Fällen können bei einigen Patienten allergische Reaktionen auf das Aligner-Kunststoffmaterial auftreten. In diesen Fällen ist die Verwendung sofort abzubrechen und medizinischer Rat einzuholen. Ferner muss Align Technology hierüber informiert werden. Kieferorthopädische Apparaturen oder Teile davon können aus Versehen verschluckt oder eingeatmet werden und schädlich sein.

## CÓMO LLEVAR Y UTILIZAR LOS ALIGNERS INVISALIGN® - ESPAÑOL

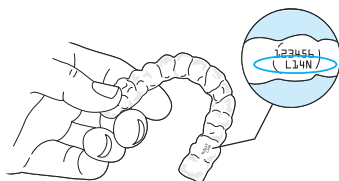
A continuación ofrecemos algunos consejos para garantizar el uso adecuado de los aligners y evitar que se dañen.

### Recordar siempre

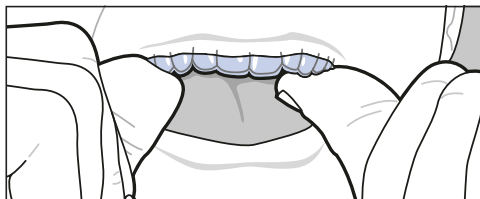
1. Llevar los aligners conforme a lo indicado por el doctor, generalmente entre **20 y 22 horas** al día.
2. Lavarse las manos con abundante agua y jabón antes de coger los aligners
3. Coger sólo UN aligner a la vez.
4. Enjuagar los aligners con agua al sacarlos del envoltorio.

### Inserción del aligner

1. Asegurarse de tener el aligner correcto: el superior para los dientes superiores y el inferior para los dientes inferiores.
2. Para evitar confusiones, cada aligner está marcado con el número del estuche, con una "U" para el superior y una "L" para el inferior, seguido del número de etapa.

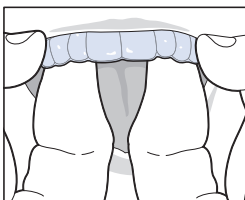
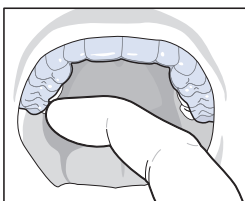
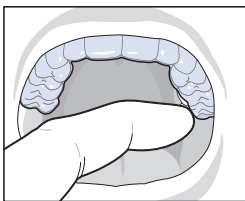


3. Se puede colocar primero el aligner superior o el inferior. Al insertar cada aligner, empujarlo suavemente hacia los dientes delanteros. Aplicar a continuación la misma presión con las yemas de los dedos a las partes superiores de los molares izquierdos y derechos (dientes posteriores) hasta que el aligner encaje en su sitio.



4. NO morder los aligners para colocarlos en su sitio. Podrían dañarse.

**Nota:** en caso de dolor agudo o malestar considerable, dejar de utilizar los aligners y ponerse en contacto con el dentista.



### Extracción de los aligners

1. En un lado de la boca, usar la punta de sus dedos por dentro del último molar para tirar con suavidad del aligner sacándolo de los molares.
2. Repetir este proceso en el otro lado de la boca antes de intentar extraer el aligner totalmente.
3. Una vez que el aligner esté desenganchado de los molares en ambos lados de la boca, se debería poder llevarlo lentamente hacia afuera sacando con suavidad el aligner de los dientes con la punta de los dedos.

### Nota:

- Enjuagar inmediatamente los aligners, sacudirlos para quitarles el exceso de agua y guardarlos en el estuche protector suministrado con el kit inicial.
- No quitarse los aligners a menos que sea necesario para evitar que se dañen.
- se debe tener cuidado al quitarse los aligners, especialmente si se utilizan varios attachments.
- No emplear demasiada fuerza en doblar y girar un aligner para sacarlo.
- **NO UTILIZAR** objetos afilados para quitarse los aligners. Consultar con el dentista si los aligners son muy difíciles de quitar.

## CUIDADO DIARIO Y MANTENIMIENTO DE LOS ALIGNERS INVISALIGN®

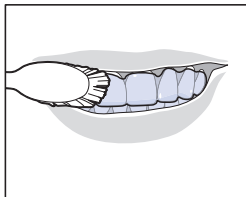
1. Limpiar siempre los aligners antes de ponérselos. Utilizar un cepillo de dientes de cerdas suaves con agua y un poco de pasta de dientes. Es posible que sea más fácil limpiar la parte exterior de los aligners cepillándolos cuando están encajados en los dientes y extraerlos después para limpiar las superficies interiores.

**Nota:** Asegurarse de enjuagar cada aligner con abundante agua tras cada limpieza. También se recomienda utilizar el sistema de limpieza del aligner Invisalign una vez a la semana, o cuando sea necesario.

2. NO utilizar limpiadores de prótesis dentales para limpiar los aligners. No meterlos en enjuague bucal. Este tipo de productos puede dañar la superficie del aligner, volviéndola más pálida y visible.

### Higiene bucal adecuada

1. Quitarse los aligners para comer y beber. (No hace falta quitárselos para beber agua fría.) Cepillarse los dientes y pasarse el hilo dental después de cada comida antes de volver a ponerse los aligners. Si no se tiene a mano el sistema de limpieza o el cepillo de dientes, simplemente enjuagarse la boca y limpiar enseguida los aligners, sosteniéndolos debajo de un chorro de agua caliente. No es la mejor forma de limpiarlos, pero puede funcionar en caso de necesidad. Asegurarse de limpiarlos a fondo tan pronto como sea posible.
3. En caso de dudas en relación con las técnicas de higiene, se ruega consultarlas con el dentista.
4. Es recomendable acudir a revisiones y limpiezas regulares en el dentista para que los dientes y las encías sigan estando sanos.



### **Almacenamiento de los aligners Invisalign**

El kit inicial incluye dos estuches para guardar los aligners, uno azul y otro rojo (o naranja). Es recomendable guardar los aligners Invisalign en un estuche cuando no se lleven en la boca. De esta forma se evitan eventuales pérdidas o daños. El estuche azul se utiliza para la "etapa actual". Guardar los aligners actualmente en uso (por ejemplo, los de la etapa n.º 1) en este estuche. Cuando se deba cambiar a la siguiente etapa (por ejemplo, la etapa n.º 2), pasar los aligners anteriores (por ejemplo, los de la etapa n.º 1) al estuche rojo (o naranja). Guardar siempre en este estuche los aligners utilizados más recientemente. Si el aligner actual se ha perdido o se ha roto, el dentista puede recomendar utilizar temporalmente los aligners del estuche rojo (o naranja) mientras se fabrica el nuevo aligner de sustitución.

**Importante:** guardar todos los aligners anteriores en una bolsa de plástico limpia, o donde lo indique el dentista. Mantenerlos fuera del alcance de niños pequeños y mascotas.

## PREGUNTAS FRECUENTES Y RESPUESTAS

### **P: ¿Duele el tratamiento?**

R: La mayoría de la gente siente dolor en los dientes durante unos días tras comenzar cada nueva fase. Se trata de algo normal. Es un indicador de que los aligners Invisalign funcionan y están moviendo los dientes a su lugar de destino. Este dolor debe ir desapareciendo poco a poco en un par de días después de introducir el nuevo aligner de la serie. Si no es así, se recomienda llamar inmediatamente al dentista.

### **P: ¿Me afectará el habla llevar los aligners Invisalign?**

R: Igual que todos los tratamientos ortodóncicos, los aligners pueden afectar temporalmente el habla, causando un ceceo que dura uno o dos días. Sin embargo, a medida que la lengua se acostumbra a la presencia de los aligners en la boca, deberá desaparecer cualquier ceceo o problema del habla.

### **P: ¿Qué debo hacer si mi nuevo aligner Invisalign no se ajusta a mis dientes?**

R: Es normal que haya pequeñas diferencias entre el nuevo aligner y la posición actual de los dientes, ya que los dientes necesitan tiempo para acomodarse a la nueva posición del aligner. En caso de presentarse problemas significativos con el ajuste del aligner, se debe informar al doctor.

### **P: ¿Hay restricciones con respecto a la comida?**

R: En general, no. A diferencia de los tratamientos ortodóncicos tradicionales, no hay limitaciones en cuanto a comidas y bebidas, ya que los aligners deben quitarse para comer. Por tanto, no hay razones para restringir el consumo de determinadas bebidas y aperitivos favoritos, a menos que así lo indique el dentista.

### **P: ¿Pasa algo si tomo bebidas frías o calientes mientras llevo los aligners Invisalign?**

R: A excepción de agua fría, recomendamos no beber mientras se lleven puestos los aligners. De esta manera se evitará la formación de caries y manchas, o que los aligners se deformen con las bebidas calientes.

### **P: ¿Puedo masticar chicle mientras llevo puestos los aligners Invisalign?**

R: NO. El chicle se pegará a los aligners. Recomendamos quitarse los aligners al tomar aperitivos o comidas.

### **P: ¿Fumar o masticar tabaco puede manchar los aligners?**

R: No recomendamos el consumo de tabaco mientras se llevan los aligners, ya que estos pueden decolorarse.



**P: ¿Por qué algunos aligners tienen bultos o protuberancias?**

R: Dependiendo de cada tratamiento específico, algunos movimientos requieren "attachments" o "protuberancias" para ayudar a que el aligner se agarre a los dientes. Esos bultos o pocillos son los puntos en los que el aligner se agarra al attachment que el dentista coloca en los dientes. Los attachments son en realidad pequeñas piezas de cerámica que el dentista fija a los dientes y que a su vez están sujetos por los bultos de los aligners. Las protuberancias son finas hendiduras en los aligners. El dentista utilizará uno de esos dos elementos para intentar conseguir el movimiento deseado.

**P: ¿Qué pasa si un aligner Invisalign se pierde o se rompe?**

R: En caso de que un aligner se pierda o se rompa, se debe informar inmediatamente al dentista. El dentista probablemente prescribirá colocarse enseguida el juego anterior o siguiente de aligners. Puede que el dentista encargue un nuevo juego de aligners para reemplazar los aligners perdidos, que deberá estar disponible en unos días.

**P: ¿Qué pasa si un attachments se pierde o se rompe?**

R: En caso de que un attachment se pierda o se rompa, se debe informar inmediatamente al dentista.

**Nota:** en caso de haber más preguntas una vez leído este folleto, se ruega consultarlas con el dentista.

**Advertencia:** en casos excepcionales, algunos pacientes pueden presentar reacciones alérgicas al material plástico del aligner. En estos casos, se debe interrumpir su uso y consultar inmediatamente a un médico. También se debe informar a Align Technology. Los dispositivos ortodóncicos, o algunas de sus piezas, pueden ser ingeridos o aspirados accidentalmente y resultar nocivos.

## USO DEGLI ALIGNER INVISALIGN® - ITALIANO

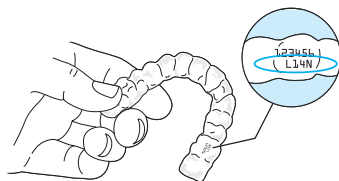
Di seguito vengono forniti alcuni suggerimenti per un uso corretto degli aligner.

### Ricordarsi sempre di

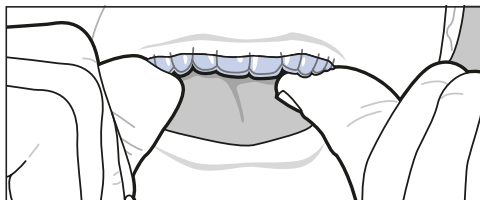
1. Portare gli aligner in base alle istruzioni del proprio medico, in genere 20-22 ore al giorno.
2. Lavare accuratamente le mani con acqua e sapone prima di toccare gli aligner.
3. Prendere in mano UN SOLO aligner alla volta.
4. Sciacquare bene gli aligner una volta estratti dalla confezione.

### Inserimento degli aligner

1. Verificare di aver preso l'aligner corretto: l'aligner superiore per l'arcata superiore e l'aligner inferiore per l'arcata inferiore.
2. Per evitare errori, su ciascun aligner sono riportati il numero personale del paziente e una "U" (Upper) per l'arcata superiore o una "L" (Lower) per l'arcata inferiore, seguiti dal numero della fase di trattamento corrente.

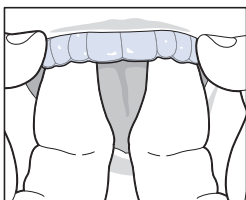
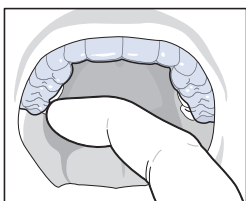
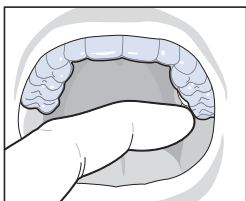


3. Per primo si può inserire indifferentemente sia l'aligner inferiore che quello superiore. Durante l'inserimento, spingere delicatamente l'aligner sugli incisivi (denti anteriori). Quindi, utilizzando i polpastrelli, applicare una pressione uniforme sui molari (denti posteriori) di destra e sinistra, fino a quando l'aligner non scatta in posizione.



4. NON mordere gli aligner per farli entrare in posizione. Ciò potrebbe danneggiarli.

**Nota:** in caso di dolore acuto o di grave disagio, interrompere l'uso degli aligner e rivolgersi al proprio dentista.



### Rimozione degli aligner

1. Su un lato della bocca, premere il polpastrello sulla parte interna del molare posteriore per rimuovere delicatamente l'aligner dai molari.
2. Ripetere questo processo sull'altro lato della bocca prima di estrarre completamente l'aligner.
3. Una volta sganciato l'aligner dai molari su entrambi i lati della bocca, è possibile procedere e rimuovere delicatamente l'aligner dai denti utilizzando i polpastrelli.

### Nota:

- Sciacquare immediatamente l'aligner con acqua, scollare via l'acqua in eccesso e riporre gli aligner nella custodia fornita con il kit.
- Per evitare di danneggiare gli aligner, rimuoverli solo quando necessario.
- prestare attenzione durante la rimozione degli aligner, in particolare nei casi in cui vengono utilizzati più attachment.
- Non forzare eccessivamente per piegare o torcere l'aligner nel tentativo di rimuoverlo.
- NON utilizzare oggetti appuntiti per rimuovere gli aligner.
- Se la rimozione degli aligner risulta particolarmente difficile, rivolgersi al proprio dentista.

## CURA QUOTIDIANA E MANUTENZIONE DEGLI ALIGNER INVISALIGN®

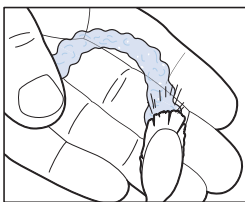
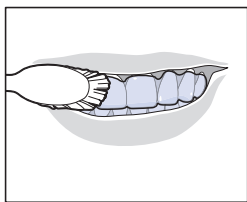
1. Pulire gli aligner prima di ogni inserimento. Utilizzare uno spazzolino a setole morbide con acqua e una piccola quantità di dentifricio. Per una pulizia ancora più semplice, è possibile spazzolare gli aligner mentre sono indossati e quindi rimuoverli per pulire le superfici interne.

Nota: assicurarsi di sciacquare bene ciascun aligner dopo averlo pulito. Si raccomanda inoltre di utilizzare gli appositi prodotti per la pulizia degli aligner Invisalign almeno una volta alla settimana e quando necessario.

2. NON utilizzare prodotti per la pulizia delle protesi dentarie per pulire gli aligner. NON immergerli nel collutorio. Tali prodotti possono danneggiare la superficie dell'aligner opacizzandolo e rendendolo più visibile.

### Igiene orale corretta

1. Rimuovere gli aligner per mangiare o bere. (Non è necessario rimuovere gli aligner per bere acqua fredda).
2. Lavare i denti e passare il filo interdentale dopo ogni pasto o snack prima di reinserire gli aligner. Se non si ha a disposizione il proprio sistema di pulizia o uno spazzolino, è possibile limitarsi a sciacquare la bocca e a pulire gli aligner sotto acqua corrente tiepida. Non è il metodo migliore, ma funziona in caso di necessità. Ricordarsi di pulire accuratamente gli aligner appena possibile.
3. Per domande relative alle tecniche di igiene, rivolgersi al proprio dentista.
4. Si raccomanda di effettuare periodicamente controlli e pulizie dentali, a garanzia della salute di denti e gengive.



## Conservazione degli aligner Invisalign

Nello starter kit sono presenti due custodie per aligner, una di colore blu e una di colore rosso (o arancione). Si raccomanda di riporre gli aligner nelle relative custodie quando non li si utilizza. Ciò eviterà di perderli o danneggiarli. Utilizzare la custodia blu per la fase corrente. Riporre gli aligner correntemente in uso (ad esempio, gli aligner della fase 1) in questa custodia. Al momento del passaggio alla fase successiva (ad esempio, alla fase 2), trasferire i vecchi aligner nella custodia rossa (o arancione). Conservare sempre gli ultimi aligner utilizzati in questa custodia. In caso di perdita o rottura dell'aligner corrente, è possibile che il medico consigli di utilizzare temporaneamente l'aligner della fase precedente conservato nella custodia rossa (o arancione) fino alla sostituzione.

Nota: conservare tutti gli aligner precedenti in una busta di plastica o in base alle indicazioni del proprio dentista. Conservare al di fuori della portata di bambini piccoli e animali domestici.

## DOMANDE FREQUENTI

### **D: Il trattamento è doloroso?**

R: La maggior parte dei pazienti lamenta fastidio ai denti per alcuni giorni all'inizio di ogni nuova fase. Si tratta di un sintomo normale. È segno che gli aligner Invisalign stanno funzionando, spostando i denti verso la posizione finale desiderata. Il dolore sparisce gradualmente nel giro di un paio di giorni. Se il dolore persiste, rivolgersi immediatamente al proprio dentista.

### **D: Gli aligner Invisalign hanno un impatto sulla pronuncia?**

R: È possibile che gli aligner provochino una lieve alterazione della pronuncia causando una leggera blesità per uno o due giorni dall'inizio del trattamento, come del resto succede con tutti i trattamenti ortodontici. Tuttavia, non appena la lingua si adatta agli aligner, le alterazioni della pronuncia dovrebbero scomparire.

### **D: Che cosa devo fare se il mio nuovo aligner Invisalign non aderisce perfettamente ai denti?**

R: La presenza di discrepanze minime tra il nuovo aligner e la posizione dei denti corrente è normale poiché i denti hanno bisogno di tempo per adattarsi alla posizione del nuovo aligner. Se si riscontrano problemi significativi con l'aderenza dell'aligner, sospenderne l'uso e contattare immediatamente il dentista.

### **D: Durante il trattamento posso mangiare di tutto?**

A: Sì. A differenza dei trattamenti ortodontici tradizionali, è possibile mangiare e bere tutto ciò che si desidera, data la possibilità di rimuovere gli aligner sia per mangiare che per bere. Se non diversamente prescritto dal proprio medico, non è necessaria alcuna limitazione al consumo dei propri alimenti preferiti.

### **D: Si possono bere bevande fredde o calde quando si indossano gli aligner Invisalign**

R: Quando si portano gli aligner, si consiglia di bere solo acqua fredda. In questo modo si evita la formazione di cavità e macchie o deformazioni degli aligner dovute alle bevande calde.

### **D: È possibile masticare chewing-gum quando si portano gli aligner Invisalign?**

R: NO. Il chewing-gum si attaccherebbe agli aligner. Si consiglia di rimuovere gli aligner prima di qualsiasi pasto o snack.

**D: Il fumo o la masticazione di tabacco può macchiare gli aligner?**

R: Si sconsiglia l'uso di tabacco quando si portano gli aligner, perché vi è il rischio di modificarne la colorazione.

**D: Perché la superficie di alcuni aligner presenta protuberanze o creste?**

R: A seconda del trattamento specifico, è possibile che alcuni movimenti necessitino di "attachment" (attacchi) o "creste" per favorire l'aderenza dell'aligner ai denti. Le protuberanze si trovano nei punti in cui l'aligner aderisce all'attachment posizionato dal dentista sui denti. Gli attachment sono piccole parti in composito che il medico fissa sui denti nei punti in cui si incastano le protuberanze dell'aligner. Le creste sono sottili rientranze posizionate sugli aligner. Il medico utilizzerà una o entrambe le funzioni per ottenere il movimento desiderato.

**D: Che cosa succede in caso di perdita o rottura di un aligner Invisalign?**

R: Se si perde o si rompe un aligner, informare immediatamente il proprio dentista. È probabile che il dentista suggerisca di utilizzare immediatamente l'aligner della fase precedente o successiva. È probabile che il dentista ordini un nuovo set di aligner per sostituire quelli persi, che sarà disponibile nel giro di pochi giorni.

**D: Che cosa succede in caso di perdita o rottura di un attachment?**

R: Se si perde o si rompe un attachment, informare immediatamente il proprio dentista.

**Nota: per ulteriori domande, consultare il proprio medico.**

**Attenzione:** in rari casi, alcuni pazienti possono essere allergici al materiale plastico degli aligner. In questi casi, sospendere il trattamento e consultare immediatamente un medico. Fare in modo che anche Align Technology venga avvertita. I dispositivi ortodontici, o parte di essi, possono essere accidentalmente ingoiati o aspirati e causare dei danni.

## インビザライン・アライナーの装着と取り扱いについて - 中文

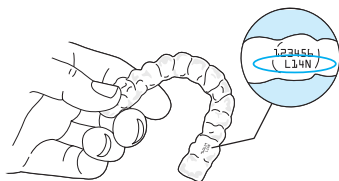
アライナーを適切に取り扱い、破損を防ぐにあたってのご案内です。

### アライナーの取扱い上、必ずお守りください：

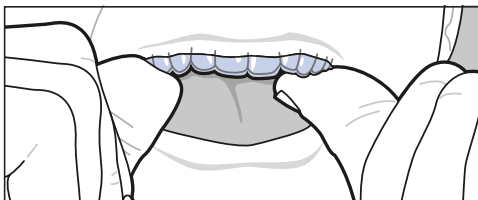
1. 各アライナーは、担当医師の指示に従い、1日あたり20～22時間装着してください。
2. アライナーを取り扱う前に、必ず石鹸で手洗いしてください。
3. アライナーの取扱いは、必ず1つずつ行うようにしてください。
4. アライナーをパッケージから取り出した後は、水ですすいでください。

### アライナーのご使用方法について

1. アライナーは、段階に応じて、次の番号がレーザー印字されています。  
＜上段＞・あなたの症例番号  
＜下段＞・上顎は「U」、下顎は「L」  
・それぞれのステージ番号
2. 上顎用、下顎用、それぞれのステージ番号が正しいかを確認してください。



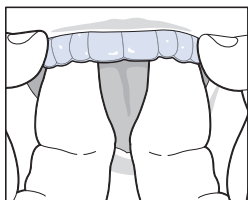
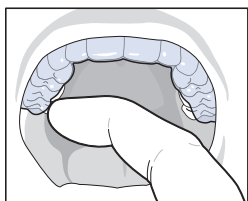
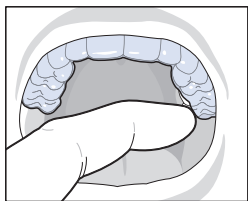
3. アライナーは上下顎、どちらから先に装着しても構いませんが、アライナーを付けるときは、指先(指の腹)でゆっくりと均一に力を加えてください。



4. アライナーを装着している状況で、食事などは行わないでください。破損の原因となります。

注意：強い痛みや激しい不快感などを感じた場合、使用を中止し、担当医にご相談ください。





## アライナーの取り外しについて

1. どちらか左右片方の奥歯の内側から、指先を使ってアライナーをゆっくりと、奥歯にかかる部分を浮かせます。
2. アライナーを完全に取り外す前に、もう片方も同じ要領で行い、アライナーが両方の奥歯から浮いている状態にします。
3. 両方の奥歯にかかるアライナーを外したあと、指先を使って、少しずつ前歯に向かってアライナーを取り外します。

## 注意：

- ・ 注意：新しいアライナーは取り外しにくい場合があります。特に「きつい」と感じられる場合は、必要に応じてハンカチなどの布を当てるなど、指先や爪を傷つけないようご注意ください。
- ・ アライナーを洗浄した後は、水気を取り、専用のアライナーケースに保管してください。
- ・ 破損を防ぐため、不必要な取り外しはしないでください。
- ・ 複数のアタッチメント(突起物)が付いているアライナーを取り外す場合は、お取り扱いに特にご注意ください。
- ・ い。無理に曲げる、ねじるなど、過剰な力は加えないでください。
- ・ アライナーの取り外しに、尖ったものなどは使用しないでください。
- ・ アライナーが取り外しにくい場合は、担当医にご相談ください。

## 毎日のアライナーの取り扱い 及び メンテナンスの方法について

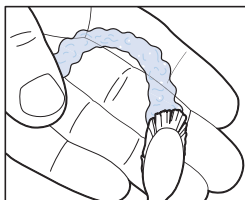
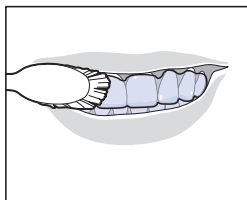
1. アライナーは着脱前に、やわらかい歯ブラシを使用し、水と少量の歯磨き粉で毎回洗浄してください。歯にアライナーを装着した状態でアライナーの外側を磨いた後、取り外してから内側を洗うと、より簡単に洗浄できます。

注意：アライナーを洗浄した後は、必ず十分にすすいでください。また、インビザライン・クリーニング製品を週1回、または必要に応じて使用することをお勧めします。

2. アライナーの洗浄に入れ歯洗浄剤を使用すること、またはマウスウォッシュに浸すことは、絶対に行わないでください。これらの製品はアライナーの表面を傷つけ、アライナーの透明感が失われて目立つ原因となります。

### 正しい口腔衛生について

1. 飲食時には、アライナーは取り外す必要があります。（ただし、水を飲む場合のみ、装着したままで構いません）。
2. 再度アライナーを装着する場合、食後の歯磨き、フロスなどの後に行ってください。インビザラインクリーニングクリスタルまたは歯ブラシをお持ちでない場合は、流水ですすぎ、洗浄してください。これらは、洗浄に最適な方法ではありませんが、いざという時には効果的となります。
3. 衛生面に関してご不明等がある場合は、担当医に相談してください。
4. 歯と歯ぐきの健康を保つため、定期的な歯の診断とクリーニングがお勧めいたします。



## アライナーの保管について

アライナー装着時以外は、専用のアライナーケースに入れて保管していただくことをお勧めいたします。ケースに保管していただくことにより、紛失や破損を防ぐことができます。

青のアライナーケースには、現在使用しているアライナー（例：ステージ#1）を入れてください。

次の治療段階に進んだら（例：ステージ#2）、前の治療段階（例：ステージ1）のアライナーは赤のケース（または、オレンジのケース）に移し、青のアライナーケースには常に現在使用しているアライナーを保管しておくようにしてください。

もし、使用中のアライナーを紛失、破損した場合、新しいアライナーが出来上がるまでの間、担当医から1段階前のアライナーを装着するように指示されることもあります。

注意：2段階以上前のアライナーは、担当医の指示に従っていただき、子供やペットが触れることのないように大切に保管して下さい。

## よくある質問

### Q:アライナー治療は痛いですか？

A:多くの患者は、各治療段階でアライナーが新しくなった数日間、歯の痛みが伴うことがあります。これは、最終目標の位置まで歯を動かそうとする力が働いていることによるものです。この痛みは、新しいアライナーを装着して数日間で、徐々に感じなくなります。もし数日経過しても痛みがひかない場合は、担当医に相談してください。

### Q:アライナーを装着することで、話しづらくなることはありますか？

A:すべての矯正治療と同様に、舌がもつれたりするなど、一時的に話すことに影響を及ぼすことがあります。アライナーに慣れることによって解消されていきます。

### Q:新しいアライナーを装着するときに、きちんと音がしないのですが、どうしたらよいのでしょうか？

A:新しいアライナーと現在の歯の位置との間にわずかな距離があるため、歯が新しいアライナーの位置に合うまでに時間を要します。したがって、各治療段階の初期において、音がしなくても異常ではありません。アライナーの装着感で、ご不明な点がございましたら、担当医にご相談ください。

### Q:アライナーを使用している期間中の食べ物の制限はありますか？

A:担当医からの指示がある場合を除き、一般的には食べるものに制限はありません。但し、食事中はアライナーを外してください。

### Q:アライナーを装着した状態で、温かい飲み物や冷たい飲み物を飲むことはできますか？

A:水以外の飲み物は虫歯の原因や着色汚れの原因、また、高温の飲み物はアライナーを歪める原因となります。水を除き、アライナーを装着した状態での飲食は行わないでください。

### Q:アライナーを装着した状態でガムを噛むことができますか？

A:ガムがアライナーにくっついてしまうため、ガムは噛まないでください。

**Q：喫煙でアライナーは汚れますか？**

A：アライナーが変色してしまうため、アライナー装着中は、喫煙を控えてください。

**Q：いくつかのアライナーに突起物がついているのはなぜですか？**

A：歯を移動させるため、歯にアライナーを固定させる突起物（アタッチメント）が必要となることがあります。これらのアタッチメントは先生が決めた位置に付けられています。

**Q：アライナーを紛失したり破損したりした場合はどうなるのですか？**

A：すぐに担当医お知らせいただき、指示に従ってください。

注意：その他質問がありましたら、担当医までご相談ください。

注意：稀に、アライナーのプラスチック素材にアレルギー反応が生じる場合があります。この場合、アライナーの使用を中断し、直ちに医療専門家に相談してください。また、アライン・テクノロジー社へ必ずご連絡ください。矯正装置およびその部分品を誤って飲み込むまたは吸い込み、害を及ぼす可能性があります。

## INVISALIGN®定制式矫治器的佩戴及使用 - 日本語

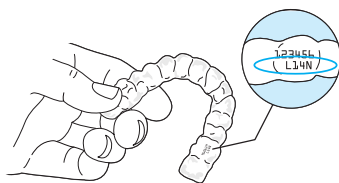
为正确使用并避免损坏您的INVISALIGN® 定制式矫治器，请参阅以下建议：

### 请切记：

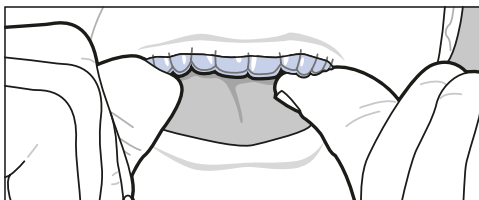
- 1请遵照医嘱佩戴定制式矫治器，通常为每日佩戴20-22小时；
- 2接触矫治器之前请用肥皂及清水彻底清洁双手；
- 3请每次只拿取一个矫治器；
- 4从盒内取出矫治器后请彻底冲洗。

### 矫治器戴入

- 1佩戴矫治器之前请确认无误：“U” 标记者系戴在上牙弓，“L” 则须戴在下牙弓；
- 2 为避免混淆，每个矫治器上有特定的编号标记，“U” 指上牙、“L” 指下牙，其后则为每个步骤的编号；

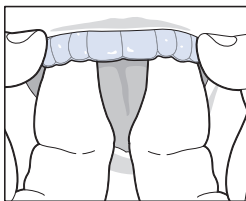
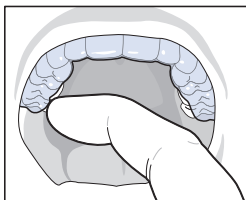
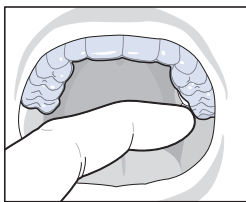


- 3 佩戴时可任意从上颌或下颌的矫治器开始。在戴矫治器时，首先请轻力按压矫治器就位前牙，然后用指尖在双侧磨牙（后牙）区域均衡用力按压就位；



- 4 请勿靠咬合来使矫治器就位——这可能造成矫治器损坏。

**注意：**如果您感觉到锐痛或者明显的不适，请停戴矫治器并联系您的矫正医生。



### 矫治器摘取

1. 从一侧的终末磨牙开始用指尖将矫治器从牙齿上缓慢脱位
2. 于对侧重复这一过程直至完全脱位。
3. 当口内的矫治器于两侧磨牙部位均脱位后，您的指尖应缓慢向前移位，将矫治器从牙齿上轻柔取下。

### 注意：

- 矫治器摘取后请即刻冲洗，甩去多余的水分，储存在您的“启动套装”内。
- 尽量避免不必要的摘取，以减少损坏可能。
- 在附件较多时，摘取矫治器时请尽量小心，避免损坏。
- 不要用力过猛或者扭曲矫治器。
- 请勿使用尖锐的器械来摘取您的矫治器。
- 如果您的矫治器摘取特别困难，请及时和您的主治医生联系。

## 日常维护及保养须知

1. 每次佩戴前请清洗。可使用软毛牙刷在清水下清洗，并可少量应用牙膏。

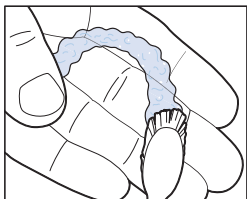
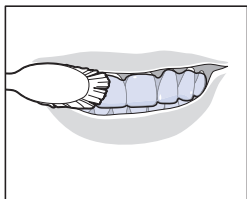
矫治器外表面的清洁可戴在口内时完成，刷洗很容易，内侧面可以取下后清洗。

**注意：每次矫治器清洁后请确保彻底冲洗。**

2. 请勿使用假牙清洁产品或在漱口水中浸泡来清洁矫治器。此类产品会损伤矫治器表面，矫治器会粗糙并会使颜色加深影响美观。

### 正确维护口腔卫生

- 1 进食和饮水时请取下矫治器（饮用凉水时不必摘取）；
- 2 每次进食后在佩戴矫治器之前请刷牙及使用牙线清洁牙齿。如无  
条件及时刷牙，可简单漱口并用流动的温水彻底冲洗矫治器  
这并非最佳清洁方式，但至少能帮助维护口腔卫生。如有条  
件，请及时彻底清洁；
- 3 如您对维护口腔卫生的方法有任何问题，请咨询您的主治医生；
- 4 为保护您的牙齿及牙龈健康，建议您定期检查及洁治。





## 保存

启动套装内有2个小盒，蓝色和红色（或橘色）。建议您不佩戴矫治器时使用该盒子良好保存。可避免损坏或遗失；

建议蓝色小盒内存放您目前佩戴的矫治器（例如：stage #1；如果治疗进程可以继续到下一步骤（例如：stage #2），可将上一步矫治器（例如：stage #1）保存在红色（或橘色）盒子内。请妥善保存最近一副使用过的矫治器。如果您在治疗过程中发生矫治器遗失或损坏，在替代矫治器送达前您的主治医生可能会建议您暂时佩戴保存在红色（或橘色）盒子内的前一步骤矫治器。

**注意：**请将您使用过的矫治器妥善保存在干净的塑料口袋内或遵照医嘱保存。请避免与幼儿及宠物接触。

## 常见问题及回答：

**问：治疗时疼痛吗？**

答：许多患者在换戴新矫治器的初始几天内会感觉牙齿酸痛，这是正常现象。这表明Invisalign矫治器在起作用，移动您的牙齿。这种酸痛会在新矫治器佩戴几日后逐渐消失，若非如此，则请及时联系您的主治医生。

**问：佩戴Invisalign 矫治器会影响我的发音吗？**

答：类似于其他类型的正畸治疗，定制式矫治器在初始一两天内可能会暂时影响您的发音，造成轻度的发音模糊。但是，当舌适应后，这些影响会消失。

**问：如果我的矫治器没有良好就位应该怎么办？**

答：如果有新矫治器与牙齿间有微量不密合的现象是正常的，因为牙齿需要足够的时间才能与新的矫治器位置保持同步。如矫治器与牙齿密合度相差较大，请告知您的主治医生。

**问：我在饮食上有哪些限制？**

答：总的来说没有任何限制。与传统矫正不同的是，因为您在进食时是取下矫治器的，所以您可以任意饮食。您可以毫无限制的正常进食，除非您的主治医生有其他建议。

**问：佩戴矫治器期间可以饮用冷、热饮吗？**

答：佩戴矫治器期间我们建议您不要喝饮料（凉水除外）。主要是为了防止龋齿和色素沉着，另外冷、热饮也可能会引起矫治器变形。

**问：佩戴矫治器期间可以嚼口香糖吗？**

答：不能。口香糖可能会粘在矫治器上。我们建议您在吃零食和进餐时取下矫治器。

**问：吸烟或咀嚼烟草会引起矫治器色素变色吗？**

答：我们不建议您在佩戴矫治器期间吸烟或嚼烟草，因为这可能会使之变色。

**问：为什么我的矫治器上有一些坡形或嵴形形状？**

答：根据您的个体化治疗方案，某些牙移动方式要求通过“附件”或“嵴”来帮助良好的控制牙齿。这些坡形物或井形物可以容纳医生在您牙齿上粘接的附件。附件实质上是医生粘接在您牙齿上的小片状牙科复合树脂。嵴则是您矫治器中的薄型缺口。您的主治医生通过一个或者所有的这些功能来达成预期的牙齿移动。

**问：如果我遗失或者损坏了矫治器该怎么办？**

**答：**如您遗失或损坏矫治器，请及时通知您的主治医生。您的医生可能会要求您立即佩戴上一副或者下一阶段的矫治器。他/她也可能订制一副新的矫治器以替代您遗失的矫治器，当然这可能会需要几天的时间。

**问：如果我的附件脱落或者损坏了怎么办？**

**答：**如果您的附件脱落或损坏，请及时与您的主治医生联系。

**注意：**阅读本手册后如果您有任何其他的问题，请与您的主治医生咨询。

**警告：**极个别情况下，某些患者会对矫治器的塑料材料有过敏反应。如遇此情况，请立即停止戴用并向医生汇报咨询，同时也请告知Align公司。正畸矫治器或其组成部分误咽或误吸后可能会损害健康。

For professional dental use – Rx only



Align Technology, Inc.  
2560 Orchard Parkway  
San Jose, CA 95131  
USA



Emergo Europe  
Molenstraat 15 2513 Bh,  
The Hague The Netherlands  
+31.70.345.8570

アライン・テクノロジー・ジャパン株式会社  
〒153-0051 東京都目黒区上目黒2-1-1

爱齐（上海）商贸有限公司  
上海市浦东金桥出口加工区

金高路2085号2层A室

© 2013 Align Technology, Inc. All rights reserved.  
20100 Rev C

ALIGN