

Use and Care Instructions for your Vivera Retainers



vivera
retainers

The Vivera Retainer System consists of a series of doctor-prescribed, custom-made, thin, clear, plastic removable orthodontic retainers that maintain and prevent movement of a patient's dentition.

Wearing and Using Your Vivera Retainers

It is important to wear your retainers for the length of time prescribed by your dental practitioner.

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

Always Remember to...

1. Rinse new retainers thoroughly with cold water prior to insertion.

Retainer Insertion

1. Make sure you have the proper retainer—the upper for the top teeth and the lower for your bottom teeth.
2. To help avoid confusion each retainer is marked with a “U” for upper arch or an “L” for lower arch, in addition to a unique treatment number.
3. You may insert either the upper or lower retainer first. When inserting each retainer, gently push the retainer over your front teeth. Then, apply equal pressure, using your fingertips, to the tops of your left and right molars (back teeth) until the retainer snaps into place. Retainers should fit comfortably and should not be forced into place.
4. To avoid damage to a retainer, do not bite the retainers into place.

Note: If you experience sharp pain or significant discomfort, discontinue use of the retainers and contact your dental practitioner immediately.

Retainer Removal

1. Using your fingers, start on one side at the molars (back teeth), and slowly work your way around to the other side.
2. To help prevent damage, avoid unnecessary removal.
3. Avoid use of any sharp object to remove your retainers.
4. Immediately rinse the retainer with water, shake off excess water, and store your retainers in the protective case provided with the order.

Note: Use care in removing your retainers. Do not use excessive force to bend or twist a retainer. Consult with your dental practitioner if your retainers are difficult to remove.

Daily Care and Maintenance of Your Vivera Retainers

1. Clean your retainers prior to each insertion. Use the Invisalign Aligner Cleaning System (recommended) or similar product or a soft bristle toothbrush using water or a small amount of toothpaste.
2. Rinse each retainer thoroughly with water after each cleaning.
3. Do not use denture cleaners to clean retainers or soak them in mouthwash. These products can damage the surface of the retainer, causing it to become dull and more visible.
4. Keep your retainers away from hot water, any heat source, or harsh chemicals.
5. Keep retainers out of reach of young children and pets.
6. Retainers may cause allergic reactions in some users. In such cases, discontinue use and contact your healthcare provider immediately.

Note: If your retainer becomes cracked, discontinue use and contact your dental practitioner for assistance.

Proper Oral Hygiene

1. Remove your retainers for eating and drinking, except when drinking water.
2. Brush and floss your teeth after each meal or snack prior to re-inserting your retainers. If you have any questions regarding your hygiene techniques, consult your dental practitioner.
3. Regular dental checkups and cleaning are recommended for the continued health of your teeth and gums.

Storing your Vivera Retainers

A retainer case is included with your retainers. When you are not wearing your retainers, we recommend that you always store them in this case in order to protect them from loss or damage.

Frequently Asked Questions and Answers

Q: Will wearing retainers be painful?

A: Some people experience slight tooth soreness. This is normal. This soreness will gradually go away in a couple of days. If it doesn't, promptly call your dental practitioner.

Q: Is it okay to drink hot or cold beverages while wearing Viverra retainers?

A: Except for water, we recommend that you do not eat or drink while wearing your retainers. This is to avoid formation of cavities or stains, and warping of the retainers that can occur if consuming extremely hot drinks.

Q: Can I chew gum while wearing Viverra retainers?

A: No, gum will stick to the retainers. We recommend removing your retainers for all meals and snacks.

Q: Will smoking or chewing tobacco stain the retainers?

A: We discourage tobacco use while wearing our retainers because of the possibility of retainer discoloration.

Q: Will wearing the Viverra retainers affect my speech?

A: It may temporarily affect your speech. You may have a slight lisp for a week or two. However, as your tongue gets used to having the retainers in your mouth, any lisp or minor speech impediment caused by the retainers should disappear.

Q: What if I lose or break my retainer?

A: In the event that your retainer is lost or broken, you should immediately contact your dental practitioner.

Q: What if I forget to wear my retainer?

A: Failure to wear the retainer for the required number of hours per day can affect the ability to maintain desired results.

Q: What should I do if my new retainer doesn't fit?

A: Retainers should fit comfortably and should not be forced into place. In the event of significant problems with retainer fit, discontinue use, and immediately contact your dental practitioner.

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

Tragen und Pflegen Ihrer Vivera-Retainer

Es ist unbedingt notwendig, die vom Arzt für die Retainer vorgeschriebene Tragezeit einzuhalten.

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

Nicht vergessen:

1. Spülen Sie neue Retainer vor dem Einsetzen mit kaltem Wasser ab.

Einsetzen der Retainer

1. Vergewissern Sie sich, dass Sie den richtigen Retainer verwenden- den oberen für die oberen Zähne und den unteren für die unteren Zähne.
2. Um Verwechslungen zu vermeiden, ist jeder Retainer mit einem „U“ für den Oberkiefer und einem „L“ für den Unterkiefer und mit Ihrer persönlichen Behandlungsnummer versehen.
3. Sie können entweder den oberen oder den unteren Retainer zuerst einsetzen. Zum Einsetzen des Retainers drücken Sie ihn vorsichtig über Ihre Frontzähne. Üben Sie dann mit den Fingerspitzen gleichmäßigen Druck auf die Oberseite der linken und rechten Molare (Backenzähne) aus, bis der Retainer fest sitzt. Die Retainer sollten sich leicht einsetzen lassen und gut sitzen.
4. Sie sollten die Retainer nicht durch Zusammenbeißen der Zähne in die gewünschte Position bringen, da die Retainer dadurch beschädigt werden könnten.

Hinweis: Wenn die Retainer stechende Schmerzen hervorrufen oder sehr unbequem sein sollten, verwenden Sie sie nicht weiter und wenden Sie sich an Ihren Arzt.

Herausnehmen der Retainer

1. Schieben Sie die Retainer mit den Fingerspitzen vorsichtig von den Zähnen. Beginnen Sie dabei bei den Backenzähnen auf einer Seite und arbeiten Sie sich langsam bis zur anderen Seite vor.
2. Um eine Beschädigung zu vermeiden, nehmen Sie die Retainer nur heraus, wenn dies wirklich erforderlich ist.
3. Verwenden Sie zum Herausnehmen der Retainer keine scharfkantigen Gegenstände.
4. Spülen Sie die Retainer direkt nach dem Herausnehmen mit Wasser ab, lassen Sie überschüssiges Wasser abtropfen und bewahren Sie die Retainer im mitgelieferten Schutzbehälter auf.

Hinweis: Gehen Sie beim Herausnehmen der Retainer sehr vorsichtig vor. Achten Sie darauf, die Retainer nicht durch übermäßige Kraftanwendung zu verbiegen oder zu verdrehen. Wenn das Herausnehmen der Aligner Schwierigkeiten bereitet, wenden Sie sich an Ihren Arzt.

Tägliche Pflege der Vivera-Retainer

1. Reinigen Sie die Retainer vor jedem Einsetzen. Verwenden Sie das Invisalign Aligner-Reinigungssystem (empfohlen) oder ein vergleichbares Produkt. Alternativ können Sie auch eine weiche Zahnbürste, Wasser und etwas Zahnpasta verwenden.
2. Spülen Sie die Retainer nach der Reinigung gründlich mit Wasser ab.
3. Verwenden Sie für die Reinigung der Retainer weder Gebissreiniger noch Mundwasser. Diese Produkte können die Oberfläche der Retainer beschädigen und sie matt werden lassen, wodurch sie sichtbar werden.
4. Retainer nicht mit heißem Wasser, Wärmequellen oder scharfen Chemikalien in Berührung kommen lassen.
5. Retainer von kleinen Kindern und Haustieren fernhalten.
6. In manchen Fällen kann es zu allergischen Reaktionen bei der Verwendung der Retainer kommen. In diesen Fällen ist die Verwendung sofort abzubrechen und medizinischer Rat einzuholen.

Hinweis: Falls Sie einen Riss in Ihrem Retainer feststellen, verwenden Sie diesen nicht weiter und wenden Sie sich an Ihren Arzt.

Richtige Mundhygiene

1. Nehmen Sie die Retainer vor dem Essen und Trinken (mit Ausnahme von Wasser) heraus.
2. Nach jeder Mahlzeit oder Zwischenmahlzeit sollten Sie die Zähne putzen und mit Zahnseide pflegen, bevor Sie die Retainer wieder einsetzen. Sollten Sie zu den Hygienetechniken Fragen haben, wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt.
3. Regelmäßige zahnärztliche Untersuchungen und eine professionelle Zahnreinigung werden empfohlen, um Zähne und Zahnfleisch gesund zu erhalten.

Aufbewahrung der Vivera Retainer

Mit den Retainern wird ein Retainer-Behälter geliefert. Bewahren Sie die Retainer in diesem Behälter auf, wenn Sie sie nicht tragen, um Schäden oder Verlust zu vermeiden.

Häufig gestellte Fragen und deren Antworten

F: Ist die Behandlung schmerzhaft?

A: Bei manchen Personen können leichte Zahnirritationen auftreten. Das ist ganz normal. Diese Zahnirritationen lassen meist nach ein paar Tagen nach. Falls nicht, wenden Sie sich bitte umgehend an Ihren Arzt.

F: Darf ich heiße oder kalte Getränke zu mir nehmen, während ich die Vivera-Retainer trage?

A: Außer Wasser sollten Sie nichts trinken, während Sie die Retainer tragen. Sie vermeiden somit Kariesbildung, Entstehung von Flecken oder eine durch heiße Getränke hervorgerufene Verformung der Retainer.

F: Darf ich Kaugummi kauen, während ich die Vivera-Retainer trage?

A: Nein, da der Kaugummi an den Retainern kleben bleibt. Sie sollten die Retainer grundsätzlich herausnehmen, bevor Sie Zwischenmahlzeiten oder Mahlzeiten zu sich nehmen.

F: Verursacht das Rauchen oder Kauen von Tabak Flecken an den Retainern?

A: Wir raten von Tabakkonsum während des Tragens von Retainern ab, da es dadurch zu Verfärbungen der Retainer kommen kann.

F: Leidet meine Aussprache, wenn ich Vivera-Retainer trage?

A: Vorübergehend kann es zu einer Beeinträchtigung der Aussprache kommen. Eventuell werden Sie etwa ein bis zwei Wochen leicht lispeln. Sobald sich Ihre Zunge jedoch an die Retainer in Ihrem Mund gewöhnt hat, sollten das Lispeln und sonstige kleinere, durch die Retainer verursachte Spracheinschränkungen wieder verschwinden.

F: Was ist zu tun, wenn meine Retainer beschädigt werden oder verloren gehen?

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

F: Welche Auswirkungen hat es, wenn ich vergesse, meine Retainer zu tragen?

A: Wird die vorgeschriebene tägliche Tragedauer nicht eingehalten, können die gewünschten Ergebnisse möglicherweise nicht erzielt werden.

F: Was ist zu tun, falls meine neuen Retainer nicht passen?

A: Die Retainer sollten sich leicht einsetzen lassen und gut sitzen. Sollte es Probleme mit der Passgenauigkeit der Retainer geben, verwenden Sie sie nicht weiter und wenden Sie sich umgehend an Ihren Arzt.

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

Uso y mantenimiento de los Vivera Retainers

Es importante llevar los retainers durante el tiempo prescrito por el dentista.

A continuación le ofrecemos algunos consejos para garantizar un uso adecuado de los retainers y evitar que se dañen.

Recomendaciones que debe seguir siempre:

1. Enjuague abundantemente los nuevos retainers con agua fría antes de proceder a su colocación.

Inserción del retainer

1. Asegúrese de que tiene el retainer correcto: el superior para los dientes superiores y el inferior para los dientes inferiores.
2. Para evitar confusiones, cada retainer está marcado con una “U” para la arcada superior o con una “L” para la arcada inferior, además de con un número de tratamiento único.
3. Puede colocarse primero el retainer superior o el inferior. Al introducir cada retainer, empújelo suavemente sobre sus dientes delanteros. Aplique enseguida una presión uniforme con las yemas de los dedos en las partes superiores de los molares izquierdos y derechos (dientes traseros) hasta que el retainer encaje en la posición correcta. Los retainers deben encajar sin ofrecer resistencia y no deben colocarse en su sitio a la fuerza.
4. Para evitar que los retainers se dañen, no los coloque en su sitio mordiendo-los.

Nota: Si nota un dolor agudo o malestar considerable, deje de utilizar los retainers y póngase inmediatamente en contacto con su dentista.

Extracción de los retainers

1. Utilizando los dedos, comience por los molares (dientes traseros) de un lado y vaya sacando lentamente el retainer hacia el otro lado.
2. Para evitar daños, no se los quite cuando no sea necesario.
3. No utilice objetos afilados para quitarse los retainers.
4. Enjuague inmediatamente los retainers con agua, sacúdalos para eliminar el exceso de agua y guárdelos en la caja de protección suministrada con el pedido.

Nota: Qúitese los retainers con cuidado. No ejerza una fuerza excesiva para doblar o retorcer un retainer. Consulte con su dentista si tiene dificultades para remover los retainers.

Cuidados y mantenimiento diario de los Vivera Retainers

1. Limpie los retainers antes de ponérselos cada vez. Utilice el sistema de limpieza de retainers Invisalign (recomendado) o algún producto similar, o bien un cepillo de dientes de cerdas suaves con agua o una pequeña cantidad de pasta de dientes.
2. Enjuague abundantemente cada retainer con agua tras cada limpieza.
3. No utilice limpiadores de prótesis dentales para limpiar los retainers ni los meta en enjuague bucal. Estos tipos de productos pueden dañar la superficie del retainer, haciendo que adquiera una tonalidad más mate y visible.
4. Mantenga los retainers alejados del agua caliente, las fuentes de calor y los productos químicos fuertes.
5. Mantenga los retainers fuera del alcance de los niños y las mascotas.
6. Los retainers pueden causar reacciones alérgicas a algunos usuarios. En dichos casos, deje de utilizarlos y póngase en contacto inmediatamente con el dentista.

Nota: Si aparecen fisuras en el retainer, deje de utilizarlo y póngase en contacto con el dentista.

Higiene bucal adecuada

1. Quite los retainers para comer y beber, excepto para beber agua.
2. Cepílese los dientes y pásese el hilo dental cada vez que coma algo antes de volver a colocarse los retainers. Si tiene alguna duda en relación con las técnicas de higiene, consúltela con su dentista.
3. Es recomendable que acuda a revisiones y limpiezas regulares en el dentista para que los dientes y las encías sigan estando sanos.

Almacenamiento de los Vivera Retainers

Sus retainers incluyen un estuche para guardarlos. Cuando no esté llevando los retainers, le recomendamos que los guarde siempre en esta caja para protegerlos de posibles pérdidas o daños.

Preguntas frecuentes y respuestas

P: ¿Llevar los retainers duele?

R: Algunas personas notan un ligero dolor en los dientes. Se trata de algo normal. Este dolor irá desapareciendo paulatinamente en un par de días. Si no es así, llame inmediatamente a su dentista.

P: ¿Pasa algo si se beben bebidas frías o calientes mientras se llevan los Vivera Retainers?

R: Salvo si se trata de agua, le recomendamos que no coma ni beba mientras lleve puestos los retainers. De esta forma, se evita la formación de caries o manchas, así como la posible deformación de los retainers como resultado de un consumo de bebidas excesivamente calientes.

P: ¿Se puede masticar chicle mientras se llevan puestos los Vivera Retainers?

R: No, porque el chicle quedará pegado a los retainers. Le recomendamos que se quite los retainers cada vez que vaya a comer algo.

P: ¿Fumar o masticar tabaco puede manchar los retainers?

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

P: ¿Llevar los Vivera Retainers puede afectarme al habla?

R: Puede afectarle temporalmente el habla . Puede cecear ligeramente durante una semana o dos. Sin embargo, a medida que la lengua se acostumbre a tener los retainers en la boca, deberá desaparecer cualquier ceceo o pequeño problema del habla provocado por éstos.

P: ¿Qué pasa si pierdo o rompo algún retainer?

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

P: ¿Qué pasa si olvido llevar puesto el retainer?

R: Si no se lleva el retainer durante el número de horas diarias necesario, es posible que no se consigan los resultados deseados.

P: ¿Qué debo hacer si mi nuevo retainer no encaja bien?

R: Los retainers deben encajar sin ofrecer resistencia y no deben colocarse en su sitio a la fuerza. En caso de que tenga grandes problemas para colocarse el retainer, deje de utilizarlo y póngase en contacto inmediatamente con el dentista.

Nota: Si tiene más preguntas después de leer este folleto, consúltelas con su dentista.

Port et Utilisation de vos aligners de contentions

Vivera® Retainers

Il est important que vous portiez vos aligners de contention pendant toute la période prescrite par votre praticien. Voici quelques astuces pour une utilisation appropriée et éviter d'endommager vos aligners de contention.

Prenez soin de

1. Rincez soigneusement vos aligners de contention avec de l'eau froide avant de les mettre en place.

Mise en place des aligners de contention

1. Assurez-vous de prendre le bon aligner de contention - celui du haut pour les dents du haut et celui du bas pour les dents du bas.
2. Pour éviter toute confusion, chaque aligner de contention est marqué avec votre numéro de traitement unique, précédé d'un "U" pour les aligners de contention de l'arcade supérieure, ou d'un "L" pour les aligners de contention de l'arcade inférieure.
3. Vous pouvez mettre en place en premier soit l'aligner de contention du haut, soit l'aligner de contention du bas. Lors de la mise en place de chaque aligner de contention, 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 l'aligner soit bien en place. Les aligners de contention doivent adhérer aux dents de manière confortable et ne doivent pas être forcés pour être mis en place.
4. Ne pas mordre pour enclencher les aligners de contention. 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 de contention et contactez votre praticien.

Enlever les aligners de contention

1. Désinsérez les aligners de contention avec vos doigts en commençant par un côté au niveau des molaires (à l'arrière), et allez progressivement jusqu'à l'autre côté.
2. Afin d'éviter tout endommagement, évitez d'ôter vos aligners de contention inutilement.
3. Ne pas utiliser d'objet pointu pour enlever vos aligners de contention.
4. Rincez immédiatement vos aligners de contention 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.

Note : enlevez vos aligners de contention avec soin. N'utilisez pas de force excessive pour tordre un aligner de contention afin de l'enlever. Veuillez consulter votre praticien si vos aligners de contention sont difficiles à enlever.

Entretien quotidien de vos aligners de contention Vivera® Retainers

1. Nettoyez vos aligners de contention avant de les mettre en bouche. Utilisez à cet effet votre brosse à dent avec de l'eau froide et éventuellement un peu de dentifrice.
2. Rincez soigneusement à l'eau froide chaque aligner de contention après nettoyage.
3. Ne pas utiliser de produits pour prothèses dentaires ou de bain de bouche pour nettoyer vos aligners de contention. Ces produits peuvent endommager la surface des aligners de contention, altérant leur teinte et les rendant ainsi visibles.
4. Conservez vos aligners de contention à l'écart de sources de chaleur et de produits chimiques. Ne pas utiliser d'eau chaude.
5. Conservez vos aligners de contention hors de portée des enfants et des animaux domestiques.
6. Certains patients peuvent être allergiques à la matière plastique des aligners de contention. Si tel est le cas, arrêtez l'utilisation de vos aligners de contention et consultez immédiatement votre praticien.

Note : si votre aligner de contention présente des fissures, arrêtez de l'utiliser et contactez votre praticien pour lui demander ce qu'il faut faire.

Une bonne hygiène buccale

1. Toujours enlever vos aligners de contention avant de manger ou de boire. Vous n'avez pas besoin de retirer vos aligners de contention 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 de contention. Si vous avez des questions concernant l'hygiène buccale, veuillez consulter votre praticien.
3. Des contrôles dentaires et un nettoyage régulier sont recommandés pour préserver la santé de vos dents et de vos gencives.

Ranger vos aligners de contention Vivera® Retainers

Une boîte de rangement vous est remise en même temps que vos aligners de contention Vivera® Retainers. Nous vous recommandons de ranger vos aligners de contention dans cette boîte lorsque vous ne les portez pas, afin de les protéger et de ne pas les perdre.

Questions - Réponses

Q : Le port des Vivera® Retainers sera-t-il douloureux ?

R : La plupart des patients ressentent une douleur dentaire pendant quelques

jours. Ceci est normal. Cette douleur devrait disparaître progressivement quelques jours après la mise en place de l'aligner de contention. Si ce n'est pas le cas, veuillez contacter votre praticien.

Q : Est-il possible de consommer des boissons chaudes ou froides lorsque l'on porte les Vivera® Retainers ?

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

Q : Peut-on mâcher du chewing-gum en portant les Vivera® Retainers ?

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

Q : Est-ce que fumer peut tacher les Vivera® Retainers ?

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

Q : Le port des Vivera® Retainers aura-t-il un effet sur mon élocution ?

R : Comme tout appareil orthodontique, les aligners de contention peuvent temporairement affecter votre élocution. Vous zézayerez peut-être légèrement pendant une ou deux semaines. Cependant, au fur et à mesure que votre langue s'habitue au port des aligners de contention, tout défaut d'élocution disparaîtra.

Q : Que se passe-t-il lorsqu'une aligner de contention Vivera® Retainers est cassé ou perdu ?

A : Dans le cas où un aligner de contention serait perdu ou cassé, veuillez immédiatement en informer votre praticien.

Q : Que se passe-t-il lorsque l'on oublie de porter son aligner de contention ?

R : Le non-respect du port des aligners de contention pendant le nombre d'heures requis par jour peut affecter la capacité à obtenir les résultats souhaités.

Q : Que faire si mes nouveaux aligners de contention ne s'adaptent pas ?

R : Les aligners de contention doivent adhérer aux dents de manière confortable et ne doivent pas être forcés pour être mis en place. Si vous éprouvez de grandes difficultés pour la mise en place des aligners de contention, veuillez informer votre praticien.

Note : si vous avez d'autres questions après avoir lu ce dépliant, parlez-en à votre praticien.

Utilizzo dei Vivera Retainer

È importante utilizzare i retainer per tutto il tempo indicato dal medico odontoiatra. Di seguito vengono forniti alcuni suggerimenti per un uso corretto dei retainer.

Ricordarsi sempre di...

1. Sciacquare accuratamente i nuovi retainer con acqua fredda prima di utilizzarli.

Inserimento dei retainer

1. Verificare di aver preso il retainer corretto: il retainer superiore per l'arcata superiore e quello inferiore per l'arcata inferiore.
2. Per facilitare la scelta, ogni retainer è contrassegnato con la lettera "U" (upper) per l'arcata superiore e la lettera "L" (lower) per l'arcata inferiore, oltre che con un numero univoco per ogni trattamento.
3. Si può inserire indifferentemente prima il retainer inferiore o quello superiore. Durante l'inserimento, spingere delicatamente il retainer sui denti anteriori. Quindi, utilizzando i polpastrelli, applicare una pressione uniforme sui molari di destra e sinistra, fino a quando il retainer non scatta in posizione. I retainer devono adattarsi bene alla dentatura e non devono essere forzati in posizione.
4. Per evitare di danneggiare il retainer, non mordere il retainer per fissarlo in posizione.

Nota: in caso di dolore acuto o di grave disagio, sospendere l'uso dei retainer e contattare immediatamente il proprio dentista.

Rimozione dei retainer

1. Utilizzando i polpastrelli, iniziare da un lato dei molari e rimuovere delicatamente il retainer procedendo verso l'altro lato.
2. Per evitare di danneggiare i retainer, rimuoverli solo se necessario.
3. Non utilizzare oggetti appuntiti per rimuovere i retainer.
4. Dopo la rimozione, sciacquare immediatamente con acqua, scrollare via l'acqua in eccesso e riporre il retainer nella custodia fornita con il prodotto.

Nota: prestare attenzione durante la rimozione dei retainer. Non usare una forza eccessiva per piegare o torcere il retainer. Se la rimozione dei retainer risulta particolarmente difficile, rivolgersi al proprio dentista.

Cura e manutenzione quotidiana dei Vivera Retainer

1. Pulire i retainer prima di indossarli. Utilizzare il sistema di pulizia degli aligner Invisalign (consigliato) o un prodotto simile oppure uno spazzolino a setole morbide con acqua e una piccola quantità di dentifricio.
2. Sciacquare bene ogni retainer dopo averlo lavato.
3. Non utilizzare prodotti per la pulizia delle protesi dentarie e non immergere i retainer nel collutorio. Tali prodotti possono danneggiare la superficie del retainer rendendolo opaco e più visibile.
4. Non esporre i retainer al contatto con acqua calda, fonti di calore e materiale chimico.
5. Tenere i retainer fuori dalla portata di bambini e animali.
6. In alcuni casi, i retainer possono causare una reazione allergica. In questi casi, sospendere l'uso del prodotto e consultare immediatamente il medico.

Nota: se il retainer presenta crepe, sospenderne l'uso e consultare il medico.

Igiene orale corretta

1. Rimuovere i retainer per mangiare o bere (ad eccezione dell'acqua).
2. Lavare i denti e passare il filo interdentale dopo ogni pasto o spuntino, prima di posizionare nuovamente i retainer. Per domande relative alle tecniche di igiene orale più indicate, rivolgersi al proprio dentista.
3. Si raccomanda di effettuare periodicamente controlli e pulizie dentali, a garanzia della salute di denti e gengive.

Conservazione dei Vivera Retainer

Con i retainer viene fornita un'apposita custodia. Quando non vengono utilizzati, si consiglia di conservare sempre i retainer nella custodia, per evitare di perderli o danneggiarli.

Domande frequenti

D: Portare i retainer è doloroso?

R: Alcuni pazienti lamentano un lieve dolore. Si tratta di un sintomo normale. Il dolore sparisce gradualmente nel giro di un paio di giorni. Se il dolore persiste, rivolgersi immediatamente al proprio dentista.

D: Si possono bere bevande fredde o calde quando si portano i Vivera Retainer?

R: Quando si portano i retainer, si consiglia di bere solo acqua. In questo modo si evita la formazione di cavità e macchie o deformazioni che possono essere causate dal consumo di bevande molto calde.

D: Posso masticare chewing-gum quando porto i Vivera Retainer?

R: No, il chewing-gum si attaccherebbe ai retainer. Si consiglia di rimuovere i retainer prima di qualsiasi pasto o snack.

D: Il fumo o la masticazione di tabacco può macchiare i retainer?

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

D: I Vivera Retainer influiscono sulla pronuncia?

R: Possono provocare alterazioni temporanee della pronuncia, causando una leggera blesità per una o due settimane. Tuttavia, non appena la lingua si adatta ai retainer, le alterazioni della pronuncia dovrebbero scomparire.

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

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

D: Che cosa succede se ci si dimentica di utilizzare il retainer?

R: Se i retainer non vengono utilizzati per il numero di ore quotidiane prescritte potrebbe non essere possibile conseguire i risultati desiderati.

D: Che cosa devo fare se il nuovo retainer non aderisce correttamente?

R: I retainer devono adattarsi bene alla dentatura e non devono essere forzati in posizione. Se si riscontrano problemi significativi con l'aderenza del retainer, sospenderne l'uso e contattare immediatamente il dentista.

Nota: in caso di ulteriori dubbi o domande dopo la lettura del presente documento, consultare il proprio dentista.

ビペラ・リテーナーの装着およびご使用方法

リテーナーの使用に当たっては、医師が指定した装着時間を守って装着することが重要です。

リテーナーを適切にお使いいただくため、また、リテーナーの破損を防ぐために、以下のご使用法をお守りください。

必ずお守りください

1. 新しいリテーナーを装着する前に、十分に洗浄して下さい。

リテーナーの装着

1. 上顎用、下顎用、それぞれのリテーナーが正しいことを確認してください。
2. リテーナーの上顎用には「U」、下顎用には「L」の記号が、患者を識別する症例番号とともに印字されています。
3. リテーナーは、上顎用、下顎用のどちらから先に装着しても構いません。リテーナーを装着するときは、まず、前歯の部分を優しく押し付けます。次に、左右の臼歯(奥歯)の上に指先をあて、左右均等の力で押し付けます。リテーナーが所定の位置にパチンと収まれば、装着完了です。リテーナーは、無理なく装着できますので、無理に押し込もうとしないで下さい。
4. リテーナーを装着する際、歯を噛み合わせることによってリテーナーをはめ込むことは避けて下さい。リテーナーの破損の原因となります。

注: 鋭い痛みや著しい不快感がある場合は、直ちにリテーナーの使用を中止し、担当の医師にご相談下さい。

リテーナーの取り外し

1. 片方の臼歯(奥歯)からもう一方の臼歯の方向に向かって順々に、指でゆっくりと取り外して下さい。
2. リテーナーの破損を防ぐため、不必要な取り外しは避けて下さい。
3. リテーナーの取り外しに尖ったものを使用しないで下さい。
4. 取り外し後は、すぐにリテーナーを水ですすぎ、余分な水気を除いた後、付属の専用ケースに保管して下さい。

注: リテーナーの取り外しは慎重に行ってください。リテーナーを曲げる、ねじるなどの過度の力を加えないで下さい。リテーナーが取り外しにくい場合は、担当の医師にご相談下さい。

日常の取り扱いとメンテナンス方法

1. リテーナーは、装着前に必ず洗浄して下さい。洗浄には、インビザライン・アライナークリーニングシステムのご使用をお勧めします。また、類似の製品や、毛先の柔らかい歯ブラシを使用し、水または少量の歯磨き剤を用いて洗浄することも可能です。
2. 洗浄後は、必ず水でよくすすいで下さい。
3. リテーナーは、入れ歯洗浄剤を用いて洗浄したり、マウスウォッシュ(口内洗浄液)に浸したりしないで下さい。入れ歯洗浄剤やマウスウォッシュを用いると、リテーナーの表面が損なわれ、光沢が無くなったり、透明感が失われたりする原因となります。
4. リテーナーは、熱湯につけたり、熱源、強度の化学薬品に近づけたりしないようにして下さい。
5. リテーナーは、幼児やペットの手の届かないところに保管して下さい。
6. 人によっては、リテーナーの使用によってアレルギー反応が生じる場合があります。このような場合には、直ちに使用を中止し、専門の医師にご相談下さい。

注意:リテーナーが破損した場合は、使用を中止して担当医にご相談下さい。

口腔内の衛生状態を適切に保つために

1. 飲食時には、リテーナーを取り外して下さい。ただし、水を飲む場合のみ、装着したままでも構いません。
2. リテーナーを再装着する前に、必ず歯磨きおよびフロスなどによる手入れを行って下さい。口腔衛生を保つ方法についてご質問がある場合は、担当医にご相談下さい。
3. 歯と歯肉の健康を保つため、歯の定期的な検診・クリーニングをお勧めします。

ビベラ・リテーナーの保管

リテーナーには、専用のリテーナーケースが付属しています。リテーナーを装着していないときは、紛失・破損を避けるため、常にケースに保管することをお勧めします。

よくある質問と回答

Q: リテーナーを装着したときに、痛みはありますか？

A: 軽い歯痛を感じる人もいます。これは正常な反応です。歯の痛みは、数日間であらゆる感じなくなります。痛みが消えない場合は、直ちに担当医の診察を受けて下さい。

Q: ビベラ・リテーナーを装着したまま、熱い飲み物や冷たい飲み物を飲むことはできますか？

A: 水を除き、リテーナーを装着した状態での飲食は行わないでください。水以外の飲み物は虫歯の原因や歯の着色汚れの原因となります。また、熱い飲み物はリテーナーがゆがむ原因となります。

Q: ビベラ・リテーナーを装着した状態でガムを噛むことはできますか？

A: ガムがリテー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。食事や間食の際には、必ずリテーナーを取り外すことをお勧めします。

Q: 喫煙や噛みタバコによって、リテーナーに染みができますか？

A: リテーナーが変色する可能性があるため、リテーナー装着中の喫煙や噛みタバコは控えるようお願いします。

Q: ビベラ・リテーナーを装着することで、話すときに影響が生じますか？

A: リテーナーを初めて装着してからしばらくの間、一時的に話し方に影響が出る場合があります。1週間から2週間、舌がもつれたりする場合がありますが、リテーナーの装着によって生じる舌のもつれや軽い発話障害は、リテーナーに舌が慣れるにつれて解消されていきます。

Q: リテーナーを紛失・破損したときは、どうしたらよいですか？

A: リテーナーを紛失・破損した場合は、直ちに担当医にご連絡下さい。

Q: リテーナーの装着を忘れると、どうなりますか？

A: 1日あたりの所定装着時間が守られなかった場合、望まれる治療結果の維持に影響が出る可能性があります。

Q: 新しいリテーナーが合わないときは、どうしたらよいですか？

A: 無理に押し込もうとしないで下さい。リテーナーが歯列に合わず、強い違和感を感じるときは使用を中止し、直ちに担当医にご連絡下さい。

注意: このパンフレットに記載されている内容以外のご質問につきましては、担当医にご相談下さい。

Vivera® 保持器的佩戴及使用

保持器佩戴时间请遵照医嘱。

为正确使用并避免损坏您的保持器，请参阅以下建议：

请切记：

新保持器戴入前请用凉水彻底冲洗

保持器戴入：

1. 佩戴保持器之前请确认无误：“U” 标记者系戴在上牙弓，“L” 则须戴在下牙弓；
2. 为避免混淆，每个保持器上有特定的编号标记，“U” 指上牙、“L” 指下牙，其后则为特定的患者编号；
3. 佩戴时可任意从上颌或下颌的保持器开始。在戴保持器时，首先请轻力按压保持器就位前牙，然后用指尖在双侧磨牙（后牙）区域均衡用力按压就位。保持器应该与牙齿良好贴合且就位时无须使用蛮力；
4. 为避免损坏保持器，请勿靠咬合来使保持器就位。

注意：如果您感觉到锐痛或者明显的不适，请停戴保持器并及时联系您的矫正医生。

保持器摘取

1. 请用指尖从一侧磨牙（后牙）区域开始脱位，逐步向对侧移动；
2. 如无特殊需要，尽量避免不必要的摘取，以减少损坏可能；
3. 请勿使用尖锐的器械来摘取您的保持器；
4. 保持器摘取后请即刻冲洗，甩去多余的水分，储存在订购时提供给您的保护盒内。

注意：摘取保持器时请尽量小心。不要用力过猛或者扭曲保持器。如果您的保持器摘取特别困难，请及时和您的主治医生联系。

日常维护及保养须知

1. 每次戴入保持器前请确保彻底清洗。同时建议您使用Invisalign定制式矫治器清洁产品或市场同类产品。使用软毛牙刷并用清水冲洗，可少量使用牙膏；
2. 每次口腔洁治后请用清水彻底清洁保持器；
3. 请勿使用假牙清洁产品或在漱口水中浸泡来清洁保持器。此类产品会损伤保持器表面，保持器会粗糙并会使颜色加深影响美观；
4. 请勿接触热水、热源及有害化学物质；
5. 请保存于幼儿及宠物无法触及处；
6. 某些使用者会发生过敏反应。如有发生，请立即停用并与您的主治医生联系。

注意：如您的保持器破损，请停戴并联系您的主治医生以寻求帮助。

正确维护口腔卫生

1. 进食和喝饮料时请取下保持器（饮用凉水时不必摘取）；
2. 每次进食后在重新佩戴保持器之前请刷牙及使用牙线清洁牙齿。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；
3. 为保护您的牙齿及牙龈健康，建议您定期检查及洁治。

保存

您的保持器还附带有有一个保持器盒。为避免丢失及损坏，我们建议您在
不佩戴时将保持器保存在此盒内。

常见问题及回答：

问：佩戴保持器时会痛么？

答：某些患者会感觉牙齿轻度酸痛，这是正常现象。这种酸痛会在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：佩戴保持器期间可以饮用冷、热饮么？

答：佩戴保持器期间我们建议您不要进食及喝饮料（饮水除外）。主要是为了防止龋齿和色素沉着，另外过热饮料也可能会引起保持器变形。

问：佩戴保持器期间可以嚼口香糖么？

答：不能。口香糖可能会粘在保持器上。我们建议您在吃零食和进餐时取下保持器。

问：吸烟或咀嚼烟草会引起保持器色素变色么？

答：我们不建议您在佩戴保持器期间吸烟或嚼烟草，因为这可能会使之变色。

问：佩戴Vivera保持器会影响我的发音么？

答：会对您的发音产生短暂影响。在佩戴保持器初始一两周内可能会造成轻度的发音模糊。但是，当舌适应后，这些影响会消失。

问：如果我遗失或者损坏了保持器该怎么办？

答：如您遗失或损坏保持器，请及时通知您的主治医生。

问：如果我忘记佩戴保持器会如何？

答：如果每天没有佩戴足够长的时间，可能会影响保持效果。

问：如果我的新保持器不贴合该怎么办？

答：保持器应该良好吻合且就位时不须蛮力。如果保持器明显不吻合，请停戴并立即与您的主治医生联系。

注意：阅读本手册后如还有其他问题，请与您的主治医生联系。



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

10094 Rev D