**Invisalign**

* Borsta tänderna och använd tandtråd/ mellanrumsborste innan du sätter in skenorna. De skall användas under hela dygnet förutom när du äter och dricker. Det går bra att dricka vatten med skenorna i. Daglig användningstid bör vara 22 timmar.
* Efter att du har ätit och sovit, borsta tänderna och använd tandtråd/ mellanrumsborste. Skenorna skall göras rent med tandborste och lite tandkräm, skölj sedan ut dem med ljummet vatten. (har du ingen möjlighet att borsta tänderna så går det bra att skölja munnen och skenen med vatten).
* I början av behandlingen är det normalt med ömhet och ökad rörlighet i tänderna.
* Använd en skena i minst 7 dagar och byt sedan till nästa nummer. Spara alltid skenan som du använt tidigare om den aktuella skulle gå sönder. Om den går sönder eller tappas bort använd senast använda skena och kontakta oss.
* Skenorna kontrolleras på kliniken var 6e vecka.
* När du är klar med behandlingen kommer du få en Essex skena som måste användas varje natt under 1 år annars är det stor risk att tänderna flyttas tillbaka. Därefter kan man försiktigt trappa ner användningen av retentionsskenan, men så länge du vill ha ett bestående resultat bör den användas minst 2 nätter per vecka.

