

## Anwendungsbeschreibung

# APNOEX

Schnarchschiene mit hohem Komfort.



Liebe/r Patient/in,

Damit Sie Ihre ApnoeX® Schiene erfolgreich einsetzen und nachhaltig Ihren Schlaf verbessern, erklären wir Ihnen im Folgenden die empfohlene Anwendung:

**Die Schienen sollten ausschließlich im Schlaf getragen werden. Im Auslieferungszustand sind die Gummizüge Ihrer Schienen mit einer Vorspannung von 0,06 Kilogramm in der vom Arzt festgelegten Unterkiefer Position voreingestellt. Durch die Länge der Gummizüge kann die Zugkraft und somit die gewollte und notwendige Vorverlagerung des Unterkiefers darüber hinaus von Ihnen individuell eingestellt werden.**

Dabei gilt je kürzer die Gummizüge eingestellt werden, desto mehr wird der Unterkiefer nach vorn verlagert. Je länger die Gummizüge eingestellt werden, desto weniger wird der Unterkiefer nach vorn verlagert.

Die Einstellungen erfolgen außerhalb des Mundes und müssen auf beiden Seiten jeweils identisch vorgenommen werden. Ermöglicht wird dies durch die Gummizüge mit definierten Segmenten, die auf die Befestigungselementen der jeweiligen Schiene aufgezogen werden.

Die Befestigungselemente verfügen über eine angespitzte Seite, die zum Aufziehen geeignet ist. Vor dem Schlafen wird die Schiene dann zuerst auf den Oberkiefer und anschließend auf den Unterkiefer aufgesetzt, bis die Endposition erreicht ist und die Schienen fest auf den Zahnreihen sitzen. Nach einiger Zeit können Sie die Gummizüge nachjustieren, da eine gewisse Dehnung die anfangs eingestellte Vorverlagerung reduziert.

Da das Tragen einer Schnarchschiene für die meisten Menschen ungewohnt ist, können anfangs Nebenwirkungen auftreten, die sich nach kurzer Zeit wieder legen. Dazu zählen u.a Mundtrockenheit oder vermehrter Speichelfluß, Fremdkörpergefühl oder Würgereiz. Bei stärkeren oder langanhaltenden Beschwerden, oder Veränderungen im Bereich der Kaumuskuatur oder Kiefergelenke kontaktieren Sie Ihren behandelnden Arzt.