

# はじめての装置

装置をつけた日から歯が動き始めるので、平均で半日後から2~3日後まで痛みが出る可能性があります。痛みが我慢できない場合は、服用のルールを守った上で、無理をせず痛み止めを飲んでください。

■氷などの**固い食べ物**や、ガム、キャラメルなどの**べたつくもの**を食べると装置が外れることがありますのでご注意ください。

■大きなものは一口サイズに切ってからお食べください。前歯で噛み切ると装置が外れる原因になります。

■装置の周りは汚れが溜まりやすいので、歯磨きはしっかり行ってください。（洗口剤を併用することをオススメします。）

■ブラケットは食べ物によって色移りします。カレー、コーヒー、ケチャップのような色の濃いものはご注意ください。（変色しても効果に変わりはありません。）

■装置がお口の粘膜とこすれたり、ワイヤーが伸びてきて当たる場合は矯正治療用ワックスをご使用ください。米粒程度にちぎり、装置の方に貼り付けます。濡れているとつきにくいので、ティッシュなどで拭いてからつけてください。お食事の際などに外れやすいので、外してからお召し上がりください。

■取り外せる装置は、外して水洗いをしてケースにしまってからお食事をしてください。その後はなるべく歯磨きをしてから装着してください。なるべく長い時間装着することが効果に繋がります。専用の洗浄剤もございますが、市販の部分入れ歯用の洗浄剤でも問題ございません。

■1~2週間以内に歯磨き指導（有料）を行っております。お使いの歯ブラシ、フロスや歯磨き粉などをご持参ください。

## 痛みがある時にオススメの食べ物

痛みがある時は、固いものや歯ごたえのあるものを避け、柔らかいものを、小さくしてスプーンなどでお召し上がりください。

- おかゆ
- うどん
- ひき肉料理（ハンバーグやつみれなど）
- バナナなどの柔らかいフルーツ
- グラタン
- パスタ など



## 抜歯をされた方・インプランアンカーを入れた方

- 麻酔が切れて痛む場合は、痛み止めを飲んでください。
- 抗生物質は痛みの有無にかかわらず、処方された分は必ず飲みきって下さい。
- 痛み止めは、薬を飲んでから次の薬を飲むまでは、6時間以上あけてください。
- 痛み止めが足りない場合は、消毒の際にお申し出ください。



入谷 ひろまつ 矯正歯科クリニック  
Iriya-Hiromatsu Orthodontic Clinic

