

## הוראות רטנציה (שמירה על תוצאות הטיפול)

**כיצד תשמור את שינייך ישרות לאורך זמן?**  
החלק הפעיל של הטיפול הסתיים והשיניים הגיעו למקום האופטימלי ביותר האפשרי. בשלב זה, הנך נכנס/ת לשלב הרטנציה).

יש לזכור כי שיניים נוטות לזוז כל ימי חיינו. גם לאלו, שלא עבר טיפול אורתודונטי. ישנם כוחות הפועלים על השיניים כגון לשון, שפתיים, שיני בינה וכו' - הגורמים לתזוזות שיניים..  
הרופא/ה בוחר/ת את סוג הרטנציה. לעיתים יש צורך בהרכבת פלטה (או קיבוע/ספלינט) למשך מספר רב של שנים ואף לכל החיים. יש להקפיד על הוראות הרופא/ה ולבוא למעקב תקופתי שכן חוסר הקפדה יביא כמעט בודאות לנסיגה בתוצאות הטיפול האורתודונטי. ברוב המרפאות נעשה מעקב על שמירת התוצאה כשנתיים לאחר סיומו של הטיפול הפעיל. לאחר תקופה זה הבקורות, טיפול חוזר או תיקוני מיכשור הם בתשלום.

### הרטיינר הקבוע

הרטיינר הקבוע (ספלינט) עשוי לרוב מחוט מתכתי ומותאם לצורת השיניים. החוט מודבק לצד הפנימי של השיניים הקדמיות, מחבר בינם ועל ידי כך מונע את תזוזתם. חסרונו הוא שהוא עלול להישבר או להיתנתק. תיקוניו במהלך המעקב (שנתיים) ללא תשלום נוסף. לאחר מכן התיקון בתשלום. הקיבוע עלול לצבור שאריות מזון ואבנית ויש צורך בהורדתו בזמן טיפולים בשיניים אליו הוא מחובר.

א. יש להקפיד היטב על ניקוי השיניים במיוחד באזור הקיבוע. רובד השן ואבנית עלולים להצטבר מתחתיו ולגרום לעששת ודלקות חניכיים. לניקוי יעיל יש להשתמש בעזרים נוספים למברשת השיניים (חוט וקיסמים דנטלים).

ב. אחת לחצי שנה יש להיבדק ע"י רופא שיניים משפחתי ובמידת הצורך לתקן את הקיבוע.

ג. אחת לחצי שנה יש ללכת ל שיננית לניקוי האזור מאבנית.

ד. במידה וחשת בניתוק מסוים, או אי נוחות, יש להגיע בדחיפות לרופא שיניים.

ה. אין תקופה מוגדרת להישארות הקיבוע.

הוסברו לי יתרונות וחסרונות של הקיבוע ואני מתחייב להקפיד על ההוראות שניתנו לי.

חתימה: