

## Instrucciones de Schwartz: cómo cuidar su retenedor

**Cuándo:** Use su retenedor Schwartz 24 horas por día. Usted debe comer, dormir y vivir en él! *Usted puede quitarselo sólo para cepillarse los dientes y el retenedor!*

**Habla y deglución:** Usted tendrá más saliva en la boca durante unos días hasta que su cerebro tiene la idea de que el retenedor no es algo para comer. Una vez que eso sucede, podrá comer y pasar comida normal. Durante su período de ajuste tendrá que pasar comida con más frecuencia. Si usted está teniendo dificultad para pasar comida tome pequeños sorbos de agua y usted aprenderá a pasar. Si usted está teniendo problemas para hablar, póngase a leer en voz alta esto le ayudara.



**Gire:** Usted debe dar vuelta a su retenedor Schwartz 2 veces por semana: el Lunes y Viernes en la noche, recuerde quitarse el retenedor para darle vuelta. Después de expandir su retenedor lo va a sentir apretado durante aproximadamente una hora.

**Llave para girar:** La llave que se utiliza para dar vuelta a su retenedor tendrá que ser puesto en un lugar seguro.

*El lugar para mantener su seguridad es:* es su cajita de retención en tu baño.

**Alimentos:** Usted debe usar su retenedor Schwartz para comer. Usted puede quitarse el retenedor al final de la comida para cepillarse los dientes y cepillar el retenedor. No mastique chicle o cualquier cosa pegajosa porque se va a pegar al retenedor.

**Atención:** Cepille su retenedor cuando se cepille los dientes. Siempre quítese el retenedor para cepillarse los dientes. Nunca ponga el retenedor en agua caliente, esto puede causar que se distorsione. De vez en cuando ponga su retenedor en el enjuague bucal mientras se cepilla los dientes para mantenerlo fresco.

**Espacios:** Usted puede obtener espacios grandes entre los dientes y la mandíbula se ampliara inicialmente. Esto es bueno. Esos espacios se reunirán después que retiramos el retenedor y la sobre-expansión nos dará espacio para todos sus dientes. Nuestro objetivo es evitar la extracción de los dientes permanentes.

*¡Por favor contáctanos si tiene alguna pregunta!*