

Umgang mit der neuen Prothese

Bis Sie sich an Ihre neue Prothese gewöhnt haben, ist ein kleiner Gewöhnungsprozess notwendig, um das Fremdkörpergefühl im Mund zu überwinden.

- Die Zunge hat weniger Bewegungsfreiheit
- Das Sprechen ist ungewohnt
- Man fürchtet sich beim Essen
- Starke Speichelbildung irritiert beim Sprechen

All dies ist völlig normal!

Jetzt geht es vor allem darum, dass Sie möglichst schnell lernen, dieses Fremdkörpergefühl zu überwinden und mit der Prothese ganz selbstverständlich zu leben, wie es vor Ihnen schon vielen Millionen Menschen mit dem gleichen Problem gelungen ist.

So helfen Sie sich selbst:

- Trainieren Sie das Sprechen. Lesen Sie laut vor, üben Sie die Zischlaute, telefonieren Sie öfter und sprechen mit Freunden
- Bei starker Speichelbildung immer kurz vor dem Sprechen schlucken
- Wählen Sie in den ersten 2 Wochen weiche und zerkleinerte
- Speisen, die leicht zu kauen sind
- Beim Abbeißen die Eck- und vorderen Backenzähne benutzen
- Brötchen, Äpfel und sogenannte „Plombenzieher“ zunächst meiden
- Auf Mohnsamen, Sesam und Kerne anfangs ganz verzichten
- Beim Essen die Kiefer gleichmäßig belasten
- Tragen Sie Ihre Prothese ständig, auch während des Schlafes

Und denken Sie immer daran:

Kein Außenstehender sieht, dass Sie eine Prothese tragen. Verhalten Sie sich also ganz normal mit dem Bewußtsein, dass die neuen Zähne Sie jünger und besser aussehen lassen.

Der Sitz Ihrer Prothese sollte in regelmäßigen Abständen von Ihrem Zahnarzt kontrolliert werden.