



COAT

Continuous Open Airway Therapy

SomnoDent®
Sömnapnéskena

Användnings- och skötselanvisning



SomnoDent® FLEX
SomnoDent® CLASSIC
SomnoDent® EDENT


SomnoMed®
The Leader In COAT™
(Continuous Open Airway Therapy)





Innehåll

Behandlingen med SomnoDent®	2
Så här fungerar SomnoDent®-sömnapnéskena	3
Instruktion för daglig användning	3
Använda bitklossen	3
Rengöring	4
Rekommenderad rengöring	4
OBS! Att tänka på vid rengöring	4
Reparation av skadade skenor	4
Garanti	5
Varningar och kontraindikationer	5
Möjliga biverkningar	5
Förvaring och transport av skenan	5
Regelbundna kontroller	5
Anpassning av skenan efter tandbehandling	5
Anvisning för fininställning	6
Fininställningsprotokoll	7
SomnoDent®-asken och tillbehör	8

Ytterligare information hittar du under www.somnomed.se

Bäste SomnoDent®-användare

Som du redan vet, och som också många vetenskapliga studier och undersökningar bekräftar, kan du förvänta dig en sund och vilsam sömn när du använder din nya sömnapnéskena.

Vi ber dig att noga läsa igenom den här informationen om hur du använder och sköter din SomnoDent-sömnapnéskena.

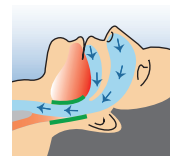
Skötsel- och förvaringsinformationen gäller följande varianter av SomnoDent® sömnapnéskenor:

- **SomnoDent® MAS Flex**
- **SomnoDent® MAS Classic**
- **SomnoDent® MAS Edent**

Tveka inte att kontakta din tandläkare om du har ytterligare frågor.

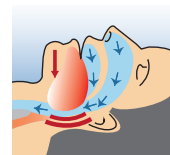
Ditt SomnoMed®-team

Behandlingen med SomnoDent®



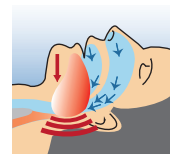
Normal sömn

Under sömnen håller musklerna som kontrollerar tungan och mjuka gommen luftvägen i svalget öppen.



Snarkning

I sömnen slappnar musklerna av. När musklerna inte är spända vibrerar mjukvävnaderna i halsen av luften som passerar och ett snarkningsljud uppstår.



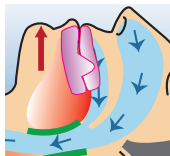
Sömnapné

Om musklerna är för svaga för att hålla tungan och svalgmuskeln på plats, kan luftvägarna täppas till och farliga andningsuppehåll kan uppträda.



Så här fungerar SomnoDent®-sömnapnéskena

SomnoDent® sömnapnéskena motverkar obstruktiv sömnapné och snarkning genom att hålla underkänen i ett framåtfört läge – andningsvägarna förblir öppna.



Skenan har tillverkats individuellt för dig och består av en övre och en undre tandskena med en patentrad, "fen"-liknande kopplingsdel.

Daglig användning av din skena

OBS!

Precis som med andra nya produkter kan skenan till en början smaka och lukta annorlunda. Detta går snabbt över om du förvarar din nya skena i ljummet vatten över dagen i max. tre dagar. Gör den riktigt ren när du sedan tar upp den ur vattnet.

Därefter måste din SomnoDent®-sömnapnéskena alltid förvaras torr i förvaringsasken (se även sida 5).

1. Sätta in överkäksskenan

Placera överkäksskenan i munnen. Tryck skenan på plats uppåt med båda tummarna samtidigt, så att sömnapnéskenan sitter säkert och bekvämt.



2. Sätta in underkäksskenan

Placera underkäksskenan i munnen. Tryck skenan på plats nedåt med båda pekfingerarna samtidigt, så att sömnapnéskenan sitter säkert och bekvämt.



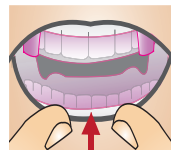
3. Koppla ihop fenorna varsamt

När både över- och underkäksskenan sitter säkert på plats skjuter du underkänen försiktigt framåt tills "fenorna" griper tag i varandra. Stäng munnen långsamt tills läpparna precis nuddar varandra.

Vi rekommenderar att du använder läppbalsam de första nätterna.

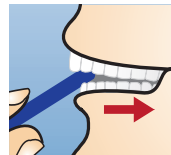
Avlägsnande

Ta alltid bort underkäksskenan först. Sätt båda tummarna på båda utsidorna av underkäksskenan, under skenkan-ten, och för skenan bestämt uppåt och ut ur munnen. Dra försiktigt överkäksskenan nedåt med hjälp av båda pekfingerarna och tummarna.



Använda bitklossen

På morgonen när du tar ut skenan kan du få en känsla av att ditt bett tillfälligt förändrats. Bitklossen hjälper musklerna att slappna av. Placera bitklossen mellan framtänderna i över- och underkänen och rör underkänen bakåt tills spänningskänslan släpper.



OBS!

Rengör skenan efter varje användning!



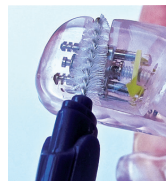
Rengöring av skenan

För att göra rent din SomnoDent® sömnapnéskena rekommenderar vi att du:

- rengör skenan noga med en tandborste under rinnande vatten varje dag på morgonen när du har tagit ur skenan ur munnen.
- noga rengör fininställningsdelarna på alla sidor med den medföljande rengöringsborsten.
- Efter morgonrengöringen ska SomnoDent® sömnapnéskenan förvaras torr i sin ask.
- Skydda skenan och asken för direkt solljus.
- Använd endast det rengöringsmedel som rekommenderas av SomnoMed®

Rengöring av fininställningsdelarna

Rengör mellanrummen i fininställningsdelarna försiktigt och noggrant med rengöringsborsten.



Rekommenderad rengöring

Den mjuka SMH B-Flex-insidan på SomnoDent®-skenan kan missfärgas om den kommer i kontakt med amalgamfyllningar, munskölj, läkemedel (blodstillande medel) eller hemoglobin. Kaffe, te, rödvin, cola-drycker och nikotin kan också ge missfärgningar. Skenans funktion och hållbarhet påverkas inte av detta.

OBS!

Borsta alltid tänderna noga innan du använder skenan.

OBS! Att tänka på vid rengöring

För att din garanti skall gälla ber vi dig att inte använda rengörings-tabletter för proteser.

Dessa innehåller oftast aktivt syre och kan ge **varaktiga skador** på din SomnoDent® sömnapnéskena.

Tandkräm innehåller oftast slipmedel, undvik att använda tandkräm. Hett eller kokande vatten förstör din SomnoDent sömnapnéskena. Undvik detta för att garantin skall gälla.

Reparation av skadade skenor

För att undvika personskada får skadade eller avbrutna sömnapnéskenor inte användas. Kontakta omedelbart din tandläkare som kommer att se till att din sömnapnéskena blir reparerad av en fackman.

För **reparationer** och **garantianspråk** ska du alltid kontakta din tandläkare.



Garanti

Din SomnoDent® sömnapnéskena är tillverkad individuellt för dig av ett högkvalitativt biokompatibelt material för att säkerställa optimal passform, bekvämlighet och hållbarhet.

Garantitiden mot tillverknings- och materialfel är två år i EU-länder. I Norge, Schweiz och Island är garantitiden ett år.

På grund av olika individuella förutsättningar kan SomnoMed®, trots omfattande studier och rapporter som bekräftar framgång, inte garantera att snarkning stoppas och/eller obstruktiv sömnapné lindras hos alla användare.

Garantin omfattar inte:

- Anpassning av skenan efter åtgärder som ändrat tandformen (t.ex. nya kronor eller broar).
- Korrekturen till följd av felaktig bettregistrering, t.ex. för liten eller för stark protrusion, felaktig okklusionsnivå.
- Reparationer på grund av felaktigt gjord fininställning eller användning.

Varningar och kontraindikationer

Använd inte skenan:

- vid början till eller framskriden tandlossningssjukdom
- om du har lösa eller rörliga tänder
- om du är under 18 år.

Om du bär tandproteser ska du följa din tandläkares anvisningar angående användning av SomnoDent-skenor.

Möjliga biverkningar

I början är det normalt med ökad salivsekretion. Användning av skenan kan också leda till övergående spänningsvärk i musklerna ("träningsvärk"). Denna ska avta efter det att skenorna tagits ur munnen. Om besvären fortsätter även efter användning av bitkloss ska du kontakta din tandläkare.

Vid långtidsanvändning kan förändringar i bitläget uppträda. Därför ska regelbundna kontroller utföras hos din tandläkare.

Förvaring och transport av skenan

Förvara alltid din SomnoDent®-skena efter noggrann rengöring i den medföljande förvaringsasken. Asken är också idealisk när du tar med skenan på resor eller till tandläkaren.

Regelbunden kontroll av din SomnoDent® sömnapnéskena

Kontrollera din skena regelbundet för tecken på skador, repor och sprickor. Om skenorna är skadade ska du omedelbart ta kontakt med din tandläkare för en fackmannamässig reparation. Ta med skenorna till de regelbundna tandläkarkontrollerna.

Anpassning av skenan efter tandbehandling

Efter eventuella nya fyllningar, kronor eller broar måste skenorna kontrolleras och anpassas på nytt av din tandläkare.



SomnoDent® Anvisning för fininställning

Din tandläkare har ställt in din SomnoDent®-sömnapné-skena så att den passar dig exakt.

Trots det kan det i början av behandlingen hända att man upplever att det spänner.

Detta kan ofta avhjälpas genom en liten finjustering av framåtförningen.

Hylsa med justeringsskruv för fininställning

Med hjälp av titreringsnyckeln kan justeringsskruvarna på överkäkskenans vänstra och högra sida vid behov fininställas.

Vridning med ett kvarts varv

Varje vridning från anslag till anslag motsvarar en **vridning med ett kvarts varv (90°)**.

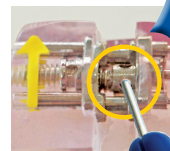
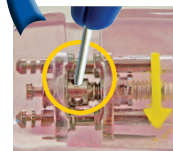
Den medföljande titreringsnyckel sätts in och vrids i pilens riktning i en rörelse till anslag. Därefter tas titreringsnyckeln ur och sätts in på nytt för nästa **vridning med ett kvarts varv**.

En vridning av justeringsskruven med ett kvarts varv i pilens riktning motsvarar 0,1 mm framåtförning.

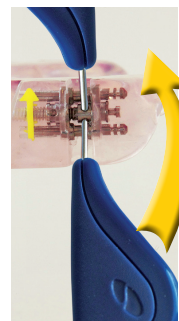
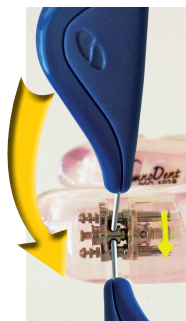
En titreringsnyckel medföljer.



På **vänster sida** sätts titreringsnyckeln i den **översta** öppningen på justeringsskruven och vrids **nedåt** (i pilens riktning) till anslag.



På **höger sida** sätts titreringsnyckeln i den **understa** öppningen på justeringsskruven och vrids **uppåt** (i pilens riktning) till anslag.



OBS!

Du måste alltid vrida **båda justeringsskruvarna** lika mycket, dvs göra lika många **vridningar med ett kvarts varv** i pilens riktning på båda sidorna.

Varje hel vridning med ett kvarts varv (i pilens riktning) ger 0,1 mm framåtförning.

10 vridningar med ett kvarts varv = 1 mm framåtförning.



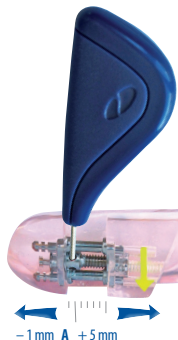


Hur långt kan justeringsskruvarna vridas?

I den inställning som SomnoDent®-skenan levererats (leveranspositionen, vilket motsvarar bettregistreringen) kan skenan fininställas bakåt med 1 mm (10 vridningar med ett kvarts varv) och framåt 5 mm (50 vridningar med ett kvarts varv).

SomnoMed® rekommenderar att skruvarna endast vrids till maximalt 5 mm framåtförning (50 vridningar med ett kvarts varv) från leveransinställningen.

Om skruvarna av misstag skulle skruvas mer än 50 vridningar ett



Från **leveranspositionen A** kan 5 mm framåtförning (50 vridningar med ett kvarts varv) och 1 mm tillbaka (10 vridningar med ett kvarts varv) utföras.

kvarts varv, går titreringsnyckeln fortfarande att vrida men det sker ingen framåtförning.

Detta är en säkerhetsfunktion för att det inte ska kunna hamna smådelar i munhålan.

Vad händer om du glömmer hur många gånger du har vridit?

Om du är osäker på hur många gånger du har vridit, vrider du försiktigt tillbaka båda skruvarna (mot pilriktningen) tills spalten på hylsan är sluten och du känner ett litet motstånd. **Skruva då inte mera**, eftersom skruven eller skruvhylsan eventuellt kan skadas.

Genom att nu göra 10 vridningar med ett kvarts varv i pilens riktning på båda sidorna av skenan, återställer du den ursprungliga positionen (leveranspositionen).

OBS!

Skriv upp antalet vridningar för varje sida.

Justeringsprotokoll

Klinikstämpel:

Skenans serienummer: _____

Startinställning, antal _____ % av den

maximalt möjliga protrusionen i _____ mm

Datum	Antal vridningar på vänster sida	Antal vridningar på höger sida

SomnoDent®

Sömnapnéskena

SomnoDent® förvarings-, rengörings- och transportask, samt SomnoDent-tillbehör

SomnoDent®-skenan levereras säkert och väl skyddad i SomnoDent®-förvaringsask. Förvara alltid din skena efter noggrann rengöring i den här praktiska förvaringsasken.

I botten på asken finns SomnoDent®-tillbehörsset med rengöringsborste, bitkloss och titreringsnyckel.

SomnoMed Nordic AB
Armfeltsgatan 11
Box 27254
102 53 Stockholm
Tel. +46 (0) 8 519 775 75
E-mail: info@somnomed.se
www.somnomed.se



SomnoDent® förvarings-, rengörings- och transportask



SomnoDent®-tillbehör
(infäst i botten på förvaringsasken)

SomnoMed AG är ISO-certifierat.

SomnoMed produkterna är registrerade:

EU, Switzerland, United States, Canada,
Australia, South Korea, Japan, Hong Kong

SomnoMed produkterna
är patenterade och
EU-anpassade.



SomnoMed
The Leader In COAT™
(Continuous Open Airway Therapy)

10907-SE SomnoDent © by SomnoMed 01/2015