

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
1. Woche	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min
2. Woche	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min
3. Woche	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min
4. Woche	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min
Die ersten vier Wochen sind um! Denk dran, ein Bild von deinen Zähnen zu machen!							
5. Woche	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min
6. Woche	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min
7. Woche	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min
8. Woche	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min
Mache noch ein Bild von deinen Zähnen. Kannst du schon die Veränderung erkennen?							
9. Woche	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min
10. Woche	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min
11. Woche	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min
12. Woche	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min	<input type="checkbox"/> Std. <input type="checkbox"/> min
Zwei Wochen sind rum! Mache noch ein Bild und schau dir den Unterschied an.							



„ES HAT GUT FUNKTIONIERT. ICH HATTE EINEN ÜBERBISS VON FAST 1 CM UND AM SCHLUSS WAREN ES NUR NOCH ETWA 3 MM. ES HAT ALSO WIRKLICH FUNKTIONIERT!“

Mädchen, 14 Jahre, Schweden

Čirgić, E., Kjellberg, H., Hansen, K., & Lepp, M. (2015). Adolescents' experiences of using removable functional appliances. Orthodontics & craniofacial research

Eine genauere Anleitung erhältst du bei deinem Zahnarzt.

LMDental™
LM-Instruments Oy
Norrbyn rantatie 8, FI-21600 Parainen | Finland
info@lm-dental.com | www.lm-dental.com

LMActivator™ IST EINE ALIGNER- UND AKTIVATOR-SCHIENE AUS WEICHEM SILIKON

Sie unterstützt die gesunde Entwicklung der Zähne und der Kiefer von Kindern. Wenn ein Zahn sich nicht richtig entwickelt, kann LM-Activator™ ihn sanft an die richtige Position und in die richtige Stellung führen. Gleichzeitig unterstützt LM-Activator™ das natürliche Wachstum des Gesichts, um ein gesundes Verhältnis zwischen Ober- und Unterkiefer zu erreichen.

Wenn bereits beim Erkennen eines kleineren Problems oder Risikos eingegriffen wird, kann verhindert werden, dass es sich zu einem größeren Problem entwickelt. LM-Activator™ bietet Zähnen und Kiefern bei Bedarf sanfte Führung, und Fehlentwicklungen können so vermieden und korrigiert werden.



**SO WIRD
LMActivator™
VERWENDET**



LM

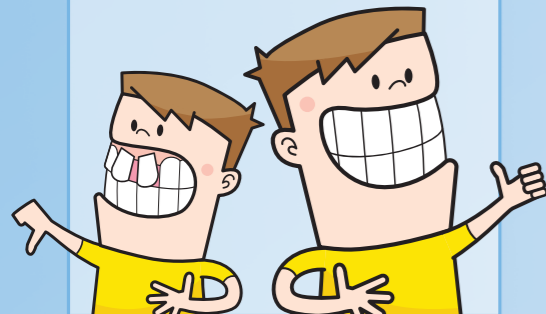
feel the
difference

LMDental™

Was ist LM-Activator™?

LM-Activator™ führt deine Zähne an die richtige Position

- wenn neue Zähne nachwachsen.
- wenn ein Zahn an der falschen Position steht.



LM-Activator™ hilft, den Kiefer in der richtigen Position zu halten, sodass sich das Gesicht gesund entwickeln und wachsen kann.



Wenn deine Zunge auf dem Mundboden liegt, hilft LM-Activator™ der Zunge, den Gaumen zu finden.

Wenn ein Zahn bereits in der richtigen Position ist, hilft LM-Activator™, dass er dort bleibt.

Wie wird LM-Activator™ verwendet?

Achte darauf, dass du LM-Activator™ nicht falsch herum einsetzt.

Setze LM-Activator™ in den Mund ein und schließe die Lippen.



Befolge die Anweisungen deines Zahnarztes:

Anwendung tagsüber: Ja Zeit

Nein

Anwendung nachts:
Jede Nacht beim Schlafen.

Sonstige Anweisungen:

Bringe LM-Activator™ und das Tagebuch zum Zahnarzttermin mit.



Lasse deine Zähne in LM-Activator™, du solltest aber nicht kauen oder den Kiefer vor- und zurückschieben.



Wende dich an deinen Zahnarzt, wenn:

- du beim Gebrauch der Apparatur oder beim Befolgen der Anweisungen Hilfe benötigst.
- dein LM-Activator™ zerbricht.
- du über mehrere Tage/Wochen ein Reiben oder Drücken verspürst.

Erste Schritte

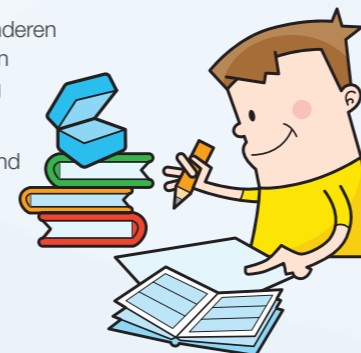
Je regelmäßiger du LM-Activator™ verwendest, umso einfacher wird es!

Du wirst dich schnell daran gewöhnen und dich leicht daran erinnern.

Verwende LM-Activator™ tagsüber, z. B. beim Fernsehen oder Spielen oder bei den Hausaufgaben.

Wie bei jedem anderen Training kann dein Mund am Anfang ermüden.

Dies ist normal und hört nach einer Weile auf.



Bevor du dich daran gewöhnt hast, kann LM-Activator™ dir beim Schlafen aus dem Mund fallen:

- Übe, indem du LM-Activator™ auch tagsüber trägst.
- Bitte deine Eltern, LM-Activator™ wieder in deinen Mund einzusetzen, wenn sie merken, dass er fehlt. Normalerweise kann man danach leicht wieder einschlafen.

Die Eingewöhnung

Dein Gehirn folgt Gewohnheiten fast automatisch. Wenn du LM-Activator™ vier Wochen lang jede Nacht getragen hast, hast du es dir zur Gewohnheit gemacht!



Es ist einfacher daran zu denken, wenn du LM-Activator™ immer sofort einsetzt, nachdem du etwas, das du jeden Abend tust, erledigt hast (z. B. nachdem du dir die Zähne geputzt, deinen Schlafanzug angezogen oder das Licht ausgeschaltet hast).

LM-Activator™ bewegt deine Zähne jede Nacht ein kleines Stück. Wenn du es vergisst, bewegen sie sich wieder zurück.

Wenn du deine Tasche packst, um auswärts zu übernachten, denke an LM-Activator™.



Verfolge deinen Fortschritt

Fülle die Tabelle aus oder verwende eine App, wie Habitica, Coach.me, HabitSeed, chain.cc oder Habitforge.

Vereinbare eine Belohnung, z. B. nach dreiwöchigem Tragen.

Mache jeden Monat Fotos von deinen Zähnen, um die Veränderung zu sehen.



Du kannst ein gesundes Lächeln haben!



Frisch und sauber halten

Spüle LM-Activator™ vor und nach jedem Tragen ab. Bei Bedarf:

- Mit einer Zahnbürste ohne Zahnpasta reinigen
- In kochendem Wasser desinfizieren (mindestens 1 Minute lang)
- Die Dose in einem Geschirrspüler waschen

