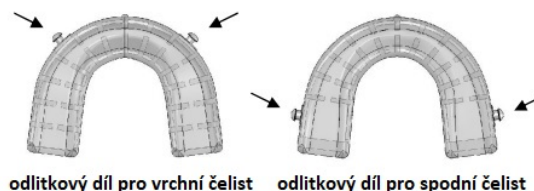


Somnofit – mandibulárna pomôcka proti chrápaniu a spánkové apnoe

Obsah balenia pomôcky Somnofit:

- Diel pre odliatok hornej čeluste s 2 prednými háčikmi
- • Diel pre odliatok spodná čelusť s dvoma háčikmi vzadu
- • Indikátor teploty vody (čierny disk so zeleným stredom)
- • Úložný box na hotové odliatky
- • Set 6 spojovacích pásov
- • Návod

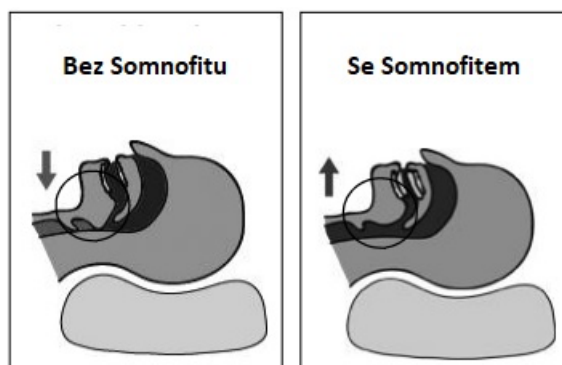


Ako pomôcka funguje?

Táto pomôcka je založená na mandibulárnom (čelustnom) vylepšovacom princípe. Pomocou zaistenia čeluste o pár milimetrov počas spánku, zaistuje lepšie a jednoduchšie dýchanie počas spánku.

Indikácia – na čo je možné produkt použiť:

- chrápanie,
- mierna až stredná spánková apnoe (v tomto prípade sa odporúča používať pod lekárskeho dozoru),
- obštrukčná spánková apnoe v určitých chvíľach: počas cestovnej, kempovanie, na lodi, dovolenke (v tomto prípade sa odporúča používať pod lekárskeho dozoru).



Kontraindikácie pre používanie – nepoužívajte ak:

- nosíte snímateľnú alebo stálu zubnú protézu,
- trpíte bolesťou čeluste,
- trpíte stratou zuba, nestabilitou zubov, ak máte vo vrchnej alebo spodnej čelusti menej ako 10 zubov,
- ste mladší ako 18 rokov.

Dôležité informácie

Odporúča sa dochádzať na pravidelné preventívne prehliadky u zubného lekára, rovnako ako preventívne prehliadky u praktického lekára. Pokiaľ si nie ste istí zdravím svojich zubov tak kontaktujte svojho zubného lekára. Ak trpíte dennou únavou, môže vás trápiť spánková apnoe, v takomto prípade konzultujte so svojim praktickým lekárom.

Držte ďalej mimo dosahu detí!

Možné vedľajšie účinky:

- citlivosť zubov,
- bolesť uší, ktorá zmizne obvykle v priebehu pár dní používania produktu (alebo sa zhorší – v tomto prípade použite slabší spojovací pásik, prípadne konzultujte so svojím lekárom),
- nadmerné slinenie, ktoré sa zredukuje po pár dňoch používania,
- suchosť v ústach, dávivý reflex (veľmi zriedkavo),
- zmeny v držaní čeluste – ak po zložení pomôcky čelusť nejde prirodzene späť na svoje miesto, prestaňte výrobok používať,
- ak nastanú akékoľvek iné negatívne vedľajšie účinky, prestaňte výrobok používať a kontaktujte svojho lekára, prípadne výrobcu produktu.

Údržba, životnosť a garancia pomôcky

Každé ráno po použití vyberte pomôcku z úst a vyčistite ju zubnou kefkou, potom ju vložte do špeciálneho puzdra, ktoré môžete naplniť vlažnou vodou a antibakteriálnym prípravkom na čistenie zubných protéz. Pred použitím pomôcku vždy opláchnite čerstvou vodou. Životnosť produktu závisí od frekvencie používania, kyslosti v ústach a tlakom zubov. Záruka zariadenia je platná iba na výrobné vady (nie na vady vzniknuté používaním alebo zlým používaním).

Každý deň skontrolujte, či je pomôcka v poriadku. V prípade prasklín, natrhnutia alebo poškodenia prestaňte pomôcku používať a je nutné ju vymeniť za novú. Efektívnosť funkčnosti pomôcky závisí na anatómii čeluste užívateľa. Pri použití proti spánkovému apnoe odporúčame konzultáciu s lekárom.)

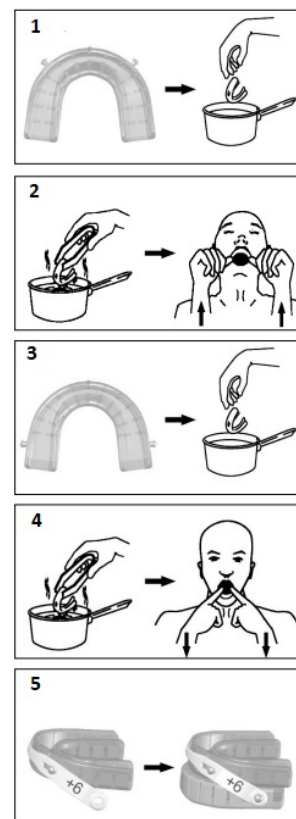
Prispôsobenie zubom (tvarovanie pomôcky) a zavádzanie

1. Umiestnite indikátor teploty do čistého hrnca naplneného zhruba 8 cm studenej vody. Začnete vodu na varnej platničke zahrievať. Akonáhle indikátor teploty zmení farbu zo zelenej na červenú tak odstavte z platničky – jedná sa o optimálnu teplotu. Vložte dielik pre vrchnú čelusť do vody a nechajte ho v nej po dobu 3 minút.

Dôležité: Voda sa nesmie variť!

Dôležité: Po odstavení hrnca z varnej platničky a vložení dielu pre vrchnú čelusť do vody nesmie ubehnúť dlhšie ako 10-15 sekúnd. Stoupněte si k zrkadlu a pomocí lžičky vyjměte dílek pro vrchní čelist z horké vody. Lehce ho oklepejte od vody a vložte na zuby vrchní čelisti. Pomocí rukou lehce přitlačte, aby se vytvořil otisk. Uvolněte tlak a s pomůckou přichycenou k vrchní čelisti si ústa vypláchněte studenou vodou a poté nechte pomůcku v ústech zchladnout po dobu 2 minut.

2. Postavte sa k zrkadlu a pomocou lyžičky vyberte dielik pre vrchnú čelusť z horúcej vody. Ľahko ho oklepte od vody a vložte na zuby vrchné čeluste. Pomocou rúk ľahko pritlačte, aby sa vytvoril odtlačok. Uvoľnite tlak a pomocou prichytenou k vrchnej čelusti si ústa vypláchnite studenou vodou a potom nechajte pomôcku v ústach vychladnúť po dobu 2 minút.



3. Zopakujte rovnaký proces so spodným dielom. Rovnaké ako v bode 2. Avšak vrchný diel si nechajte v ústach, a to aj počas tvorby odtlačku. Dbajte, aby čierna linka v prednej časti oboch odtlačkov bola pri tvorbe odtlačku v jednej línii.
4. Odstrihnite alebo odtrhnite spojovací pásik.
5. Prichyťte spojovací pásik k háčikom na vrchnom a spodnom čelustnom dieliky – vid. obr. č. 5

Kvalita zubného odtlačku

Kvalita odtlačku závisí na tvare zubov, počte zubov a kvalite zhotoveného odliatku. Skontrolujte, či sú všetky vaše zuby viditeľné v odliatku. Ak nie, môžete odliatok urobiť znova, použijete dostatočný tlak. Akékoľvek ďalšie modifikácie odliatku sa neodporúčajú. Prvých pár nocí sa odporúča nosiť opasok označený ako +6. Pokiaľ pomôcka po niekoľkých dňoch spôsobuje silné prnutie čeluste alebo bolesť tak siahnite po menšom pásiku (+4,5), naopak pokiaľ pomôcka dostatočne nepomáha tak siahnite po silnejšom pásiku (+7,5). Skladujte mimo priameho slnečného svetla. Po finálnom použití vyhodte do odpadu.

Pre viac informácií, prípadné ďalšie otázky kontaktujte výrobcu: info@oscimedusa.com / www.oscimedusa.com

**Dovozca a distribútor pre SR: Earplugs s.r.o., Havlíčkova 1016, 53002 Pardubice, Czechia,
www.earplugs.sk, (+420) 731 389 483, earplugs@earplugs.sk**