

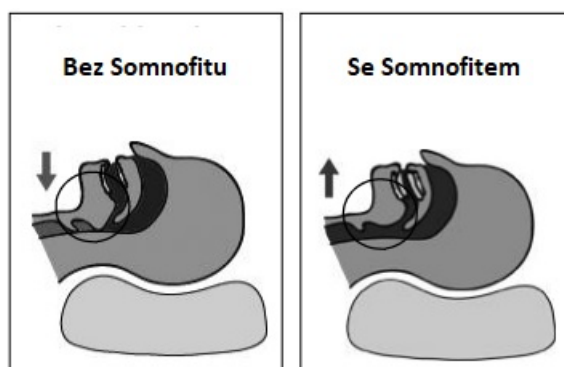
## Somnofit - S – mandibulárna pomôcka proti chrápaniu a spánkovej apnoe

### Obsah balenia pomôcky Somnofit S:

- Diel pre odliatok hornej čeluste s 1 predným háčikom
- Diel pre odliatok spodná čelusť s dvoma háčikmi vzadu
- Indikátor teploty vody (čierny disk so zeleným stredom)
- Úložný box na hotové odliatky
- Dlátko na tvorbu odliatku
- Set 8 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 spánkova apnoe (v tomto prípade sa odporúča používať pod lekárske dozorom),
- obštrukčná spánkova apnoe v určitých chvíľach: počas cestovnej, kempovanie, na lodi, dovolenke (v tomto prípade sa odporúča používať pod lekárske dozorom).

### 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 spánkova 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. Efektívna funkčnosť pomôcky závisí na anatómii čeluste užívateľa. Pri použití proti spánkového apnoe odporúčame konzultáciu s lekárom.

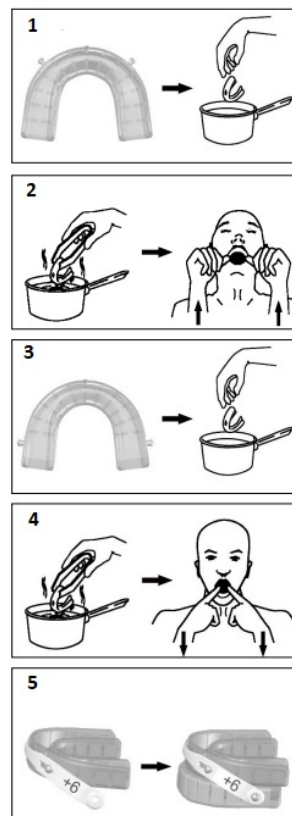
### Prispôbenie zubom (tvarovanie pomôcky) a zavádzanie:

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.

2. Postavte sa k zrkadlu a pomocou lyžičky vyberte dielik pre vrchnú čelusť z horúcej vody. Na ľahšie pritlačenie odtlačku môžete použiť priložené dlátko. Ľahko ho oklepte od vody a vložte na zuby vrchné čeluste. Pomocou rúk ľahko pritlačte, aby sa vytvoril odtlačok. Uvoľnite tlak a s pomôckou 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 4. Pokiaľ pomôcka po niekoľkých dňoch spôsobuje silné pnutie čeluste alebo bolesť tak siahnite po menšom pásiku, naopak pokiaľ pomôcka dostatočne nepomáha tak siahnite po silnejšom pásiku. Skladujte mimo priameho slnečného svetla. Po finálnom použití vyhoďte do odpadu.

Pre viac informácií, prípadné ďalšie otázky kontaktujte výrobcu: [info@oscimedsa.com](mailto:info@oscimedsa.com) / [www.oscimedsa.com](http://www.oscimedsa.com)

**Dovozca a distribútor pre SR:** Earplugs s.r.o., Havlíčkova 1016, 53002 Pardubice, Česká republika, [www.earplugs.sk](http://www.earplugs.sk), (+420) 731 389 483, [earplugs@earplugs.sk](mailto:earplugs@earplugs.sk)