

Retention (Festhalten der Zähne nach der kieferorthopädischen Behandlung)

Liebe Patientin, lieber Patient,

das Ziel ist erreicht und die Zähne stehen endlich gerade 😊

Während der aktiven Behandlung wurden diese aus ihrer ursprünglichen in eine veränderte Position im Kiefer bewegt und der umgebende Knochen dabei umgebaut. Damit das erreichte Ergebnis so erhalten bleibt und der Knochen Zeit hat sich zu festigen, müssen die Zähne noch eine gewisse Zeit in ihrer neuen Stellung gehalten werden. Von großer Bedeutung für den Behandlungserfolg ist daher die an- und abschließende Haltephase (Retention). Sie garantieren, dass sich die Zähne nicht wieder verschieben und es zu einem Rückfall kommt.



Retention im Unterkiefer: Der Fokus liegt hierbei auf den unteren Schneide- und Eckzähnen, die aufgrund ihrer zierlichen Wurzeln besonders anfällig für Drehungen und Kippungen sind. Dafür wird ein individuell angepasster Draht (sog. Lingualretainer) an die Innenflächen der unteren Schneidezähne geklebt, der auch dauerhaft bleiben soll (oder zumindest solange man gerade Zähne behalten möchte). Das Zähneputzen kann normal erfolgen und sollte unter dem Draht mit Zwischenzahnbürsten unterstützt werden. Bitte melden Sie sich sofort, wenn sich eine Klebestelle des Drahtes gelöst hat.



Alternativ kann für immer eine lose untere Zahnspange oder Retentionsschiene nachts getragen werden. Langfristige Studien zeigen, dass es ohne Retention bei 80% aller Patienten im Laufe der Zeit zu einem Unterkiefer-Engstand kommt.



Retention im Oberkiefer: Ein festsitzender Lingualretainer an den oberen Schneidezähnen ist manchmal eher ungünstig, da beim Abbeißen der Nahrung eine direkte und große Kraft auf den Draht wirkt und diesen so beschädigen oder lockern kann. In den meisten Fällen ist ein festsitzender Retainer im Oberkiefer auch nicht notwendig, da die Zähne sowohl von der Oberlippe als auch den unteren Schneidezähnen gestützt werden. Nach der aktiven Behandlung müssen aber alle Zähne noch eine gewisse Zeit stabilisiert werden. Dieses erfolgt mittels Retentionsspangen oder Schienen für ca. ein Jahr. Die Spangen/ Schienen werden am Anfang evtl. auch nachmittags, dann nur noch nachts getragen. Zum Ende der Retentionsphase wird i.d.R. nicht mehr jede Nacht getragen, d.h. die Spangen werden „ausgeschlichen“ und die Tragezeit weiter reduziert. Nach offiziellem Abschluss der Behandlung sollen die Spangen/Schienen aufgehoben und einmal wöchentlich kurz eingesetzt werden, um zu prüfen, ob sie noch gut passen. Sie dienen auch als „Notfallausrüstung“, wenn sich z.B. eine Klebestelle des Retainers gelöst hat und diese erst zeitverzögert repariert werden kann. Aufgrund der Zahnschädigungen durch Knirschen empfehlen wir allerdings zunehmend, eine Schiene als Schutz für die Zähne jede Nacht zu tragen.

Reinigung: Die Retentionsgeräte werden mit einer separaten Zahnbürste und Seife/Spülmittel gereinigt und können so oft wie gewünscht in ein Gemisch aus **kaltem** Wasser, Essigessenz und evtl. Mundwasser gelegt werden. Sind die Spangen nicht im Mund, sollten sie immer in einer Dose aufbewahrt werden. Wenn die Spangen/Schienen zu sehr drücken oder schlecht passen, dann bitte nicht bis zum nächsten Kontrolltermin warten, sondern zeitnah einen Termin bei uns vereinbaren.