

Purentakiskon käyttö ja kotihoito-ohjeet

Purentakiskon tarkoitus

Purentakiskolla hoidetaan leukanivelten ja puremalihasten vaivoja. Sen tarkoituksena on ennen kaikkea tasapainottaa purentaa, vähentää leukanivelten alueelle kohdistuvaa kuormitusta sekä rentouttaa puremalihaksia. Lisäksi kisko suojaa hampaita narskuttelun aiheuttamilta kulumisilta.

Purentakiskon käyttö

Kiskoa käytetään tavallisimmin vain öisin, mutta joissain tapauksissa sitä käytetään myös päivisin. On tärkeää, että noudatetaan hammaslääkärisi antamia ohjeita.

Alkuhankaluuksia

- Kisko voi aluksi tuntua suurelta ja lisätä syljeneritystä.
- Kisko saattaa myös aluksi painaa jotain hammasta.
- Kiskoon voi totutella laittamalla se suuhun noin puoli tuntia ennen nukkumaanmenoa.
- Kiskon käytön alkuvaiheessa voi helposti vahingossa purra poskea tai kieleen.
- Aamulla kun purentakisko poistetaan suusta, purenta ei ehkä tunnu menevän kohdalleen. Tämä voi olla luonnollinen seuraus puremalihasten rentoutumisesta.

Purentakiskon hoito

- Huolehdi hyvin suuhygieniasta. Pese hampaat huolellisesti aina ennen kiskon laittamista suuhun.
- Purentakisko pestään astianpesuaineella ja harjalla. Desinfioi kisko 2-4 kertaa kuukaudessa esim. Corega tabs parts® poreliuoksella.
- Purentakisko säilytetään puhtaana ja kosteana kannellisessa rasiassa. Rasian voi ajoittain pestä astianpesukoneessa.
- Jos purentakisko on pidempään pois käytöstä, voi kiskon säilyttää puhtaana ja kuivana. Kuivuminen voi aiheuttaa kiskon muodon muuttumista niin, ettei se enää mene paikoilleen. Pitkä liotus vedessä yleensä auttaa.

Muista ottaa purentakisko mukaan käydessäsi hammaslääkärillä!

Lähde: Länsi-Pohjan alueen terveyskeskusten vastaavat hammaslääkärit ja hoitajat

Päivitetty 13.2.2013