齒列矯正注意事項

（一） 口腔清潔單元

1. 口腔衛生：

在齒列矯正期間，進食後牙縫內容易有食物殘渣，未立即清除容易產生蛀牙及牙周病，進而影響齒列矯正的速度，唯有健康的牙齒才能保證齒列矯正的成功。

2. 刷牙方法：

- 使用軟毛小牙刷，若刷毛有彎曲變形的現象，即須更換。
- 在牙弓內側及咬合面，可用一般的刷牙方法，但應注意牙齒與牙齦交界的清潔。
- 做矯正治療時，刷牙應特別注意有矯正器的牙面：

(1) 矯正器(牙套)的兩側：將牙刷毛擠壓入金屬線後，分別清潔每一個牙縫。

(2) 矯正器(牙套)的上、下方：分別刷矯正器的上方或下方，將牙刷毛放在牙套上方或下方，稍微用力將刷毛擠入牙縫中，以小幅前後震動（震動範圍以不超過半顆牙齒為原則），前後震動約 30 次後，再移動至下顆鄰近牙齒，重複同樣步驟，直至所有牙齒均清潔完成即可。

3. 口腔清潔輔助器的使用：

- 可使用牙菌斑顯示劑把牙齒汙垢面染色，以便檢查沒刷清潔的地方。
- 使用牙橋穿透線及牙線清潔牙縫。
- 可配合使用電動牙刷及醫師建議的含氟漱口水輔助口腔清潔。

4. 矯正期間常出現的症狀：

- 牙齒輕微搖動是正常現象不用擔心，矯正結束後，牙齒搖動程度會恢復正常。
- 剛戴上矯正器或每次調整牙齒後，牙齒可能會有痠痛現象，數天後會逐漸減輕痠痛，嚴重時可以服用止痛劑。
- 矯正器裝戴後可能會有粗糙感，若有口腔潰瘍發生時，可利用軟蠟放置在矯正器上，以保護口腔黏膜，如有因矯正器裝置鬆脫或造成口腔潰瘍，應立即與本科醫師聯絡。
- 請配合醫師門診時間定期回診，看診時請記得攜帶牙刷，並於看診前將牙齒和矯正器清潔乾淨。

（二） 矯正治療後之注意事項

1. 矯正治療之後的回診

矯正治療後還是需要定期回診檢查齒列的健康與穩定性，回診的時間因人而異，通常剛拆除矯正器後每 1~3 個月要回診，之後改為半年回診一次。

2. 活動維持器使用說明及注意事項

(1) 配戴方式的確認及練習：

<u>有鋼絲的維持器</u>：辨識配戴的位置與方向性，原則透明板在內，鋼絲在

外圍，請檢查鋼絲位置是否正確，維持器需完全罩住齒列與貼住牙床。
透明維持器：上下維持器完全罩住齒列與貼住牙床

(2) 剛拆除矯正器半年內活動維持器請整日配戴，之後改為睡覺時間配戴至少為矯正時間的雙倍，以維持齒列矯正治療成果，假使因為病患沒有配戴活動維持器而導致的牙齒移位，而必須再裝上固定式矯正器重新調整時，治療的費用需要視牙齒位移嚴重的程度，酌收數千至數萬元不等。

(3) 活動維持器配戴完後取下不用時，可使用軟毛牙刷清洗維持器。注意：不可使用熱水消毒，否則樹脂板會變形。另外，搭配假牙清潔劑使用有制菌效果，可使維持器常保如新。

(4) 請注意在刷牙及吃飯時，勿配戴維持器。

(5) 放置維持器的盒子，便於外出時攜帶方便，請將拆下的維持器放置盒子中，勿用衛生紙包住，以免不慎被丟棄。

(6) 活動維持器若是不慎弄丟時，需重新印模製作，每付（單只上顎或下顎維持器），將會酌收 4000 元的製作工本費。

(7) 不論有無做牙齒矯正治療，牙齒終其一生都會移動，所以如口內無固定式維持器，請依醫師指示配戴活動維持器。

3. 固定維持器之注意事項

(1) 固定維持器係黏著在牙齒內側，以保持牙齒排列的穩定性。

(2) 牙齒終其一生都會移動，如不影響正常飲食及蛀牙的治療，維持器是不需要拆除的。

(3) 黏著固定維持器之部位，刷牙還是可以照常刷，牙縫清潔可使用牙縫刷，牙橋穿透線或超級牙線輔助。

(4) 如固定維持器鬆脫，請盡速安排您回診，如固定維持器已經斷裂無法修補，則需酌收重新製作的費用。回診前請先搭配使用活動維持器，以確保牙齒之排列。

4. 牙齒美白

矯正治療之後，若您希望您的牙齒看起來更白晰，可以諮詢您的矯正醫師做美白牙齒的治療。牙齒美白將有額外的收費（不包含在矯正費用），而針對我們的矯正患者將另有優惠。

如有疑問請利用下列諮詢專線電話：

桃園院區：03-3196200 轉 3500	台北院區：02-27135211 轉 3533
林口院區：03-3281200 轉 8322	基隆院區：02-24313131 轉 2468
嘉義院區：05-3621000 轉 2277	高雄院區：07-7317123 轉 8292