



ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ ΤΟΥ ΝΑΡΘΗΚΑ

Σκοπιμότητα του νάρθηκα

Ο νάρθηκας χρησιμοποιείται για την θεραπεία των μυικών δυσλειτουργιών και γενικά των παθήσεων των κροταφογναθικών διαρθρώσεων. Ο σπουδαιότερος σκοπός του νάρθηκα είναι να σταθεροποιήσει τη σύγκλιση των δοντιών, να ανακουφίσει τις κροταφογναθικές διαρθρώσεις, να ξεκουράσει τους μύες της μάσησης και της περιοχής γενικά και τέλος να εμποδίσει την αποτριβή των δοντιών σε περιπτώσεις βρυγμού.

Χρήση του νάρθηκα

Ο νάρθηκας θα χρησιμοποιείται για μια περίοδο που η διάρκεια της μπορεί να κυμαίνεται από μερικές εβδομάδες μέχρι μερικούς μήνες, ανάλογα με το είδος και τη μορφή των ενοχλημάτων. Η χρήση του νάρθηκα θα γίνεται κυρίως κατά τη διάρκεια της νύχτας, αλλά καμιά φορά μπορεί να είναι απαραίτητη η χρήση του και κατά τη διάρκεια της ημέρας.

Τυχόν δυσaréσκειες ή προβλήματα

Αν και ο νάρθηκας είναι προσεχτικά κατασκευασμένος, είναι δυνατό να δημιουργήσει στην αρχή της χρήσης του μικρά προβλήματα. Με άλλα λόγια μπορεί να αισθανθείτε το νάρθηκα ογκώδη και ακαλαίσθητο τα πρώτα 24ωρα μαζί με ένα αίσθημα αναγούλας ή αυξημένη σιελόρροια. Εξαιτίας της κατασκευής του, ο νάρθηκας μπορεί να πιέζει ορισμένα δόντια με αποτέλεσμα να τα αισθανθείτε μουδιασμένα κυρίως το πρωί μετά το ύπνο. Είναι επίσης δυνατόν να προκληθεί ασυναίσθητα δάγκωμα στα μάγουλα. Όλα αυτά τα παραπάνω προβλήματα εξαφανίζονται όταν αρχίσετε να συνηθίζετε το νάρθηκα. Αν όμως, παρ' όλα αυτά, τα προβλήματα συνεχιστούν, ακόμη και μετά από μερικά 24ωρα και είναι τόσο έντονα ώστε να μην μπορείτε να χρησιμοποιήσετε το νάρθηκα, θα πρέπει να ενημερώνεται ο οδοντίατρος, ο οποίος και θα ρυθμίσει κατάλληλα το νάρθηκα.

Όταν το πρωί βγάλουμε το νάρθηκα, νιώθουμε ότι κάτι παράξενο συμβαίνει με το κλείσιμο των δοντιών μας, σαν δηλαδή αυτά να μην μπορούν να συνταιριάζουν μεταξύ τους, όπως πρώτα. Αυτό όμως δεν είναι παράξενο ούτε και θα πρέπει να μας ανησυχεί ή να μας προβληματίζει, γιατί είναι το αποτέλεσμα της χαλάρωσης που έχει αρχίσει να γίνεται στους μύες της περιοχής. Συνήθως η θεραπεία με το νάρθηκα συνοδεύεται και από μια μικρή ρύθμιση της σύγκλισης των δοντιών για την καλύτερη σταθεροποίησή της.

Περιποίηση του νάρθηκα

Η χρήση του νάρθηκα προϋποθέτει σχολαστική καθαριότητα του στόματος. Πριν ο νάρθηκας τοποθετηθεί στο στόμα, τα δόντια πρέπει να πλένονται πολύ καλά. Αν και ο νάρθηκας δεν χρησιμοποιείται κατά την διάρκεια των γευμάτων, παρ' όλα αυτά πάντοτε προσκολλώνται επάνω του διάφορα μικρόβια. Γι' αυτό λοιπόν θα πρέπει ο νάρθηκας να καθαρίζεται καθημερινά με οδοντόβουρτσα και οδοντόπαστα. Όταν δεν χρησιμοποιείται, θα πρέπει να διατηρείται σε νερό.

Προσοχή: Το νάρθηκα θα πρέπει να τον έχετε μαζί σας σε κάθε εξέταση που θα γίνεται στη διάρκεια της θεραπείας.