

## Användning av fluorgel i skenor

Fluorbehandling är en viktig del i omhändertagandet av dina tänder. Fluor är ett effektiv och lämpligt läkemedel för patienter med hög kariesaktivitet och/eller kariesrisk. Fluor fungerar genom att bildandet av kariesangrepp hämmas och redan uppkomna kariesangrepp läks. För att detta skall fungera krävs att fluor finns närvarande i munvätskorna under så stor del av dygnet som möjligt och således skall fluor tillföras dagligen. Det är kariessjukdomens aktivitet och kariesrisken som avgör hur länge fluorbehandlingen skall pågå. Därför skall du inte på egen hand avbryta behandlingen utan alltid diskutera med din ordinarie tandläkare/tandhygienist. Fluor kan tillföras på olika sätt (sköljlösningar, tabletter, tuggummin, geler, tandlacker). Du skall behandla dina tänder med fluorgel, **Natriumfluorid dentalgel 0,2 %** (beställs hos och bereds av apotek). Fluorgel med den styrka kan användas dagligen i hemmet så länge som behandlande tandläkare bedömer att kariesaktiviteten/risken är hög. Träna gärna tillsammans med tandvårdspersonalen på att sätta in och ta ut skedarna själv. Om du följer nedan angivna instruktioner, så är behandlingen helt ofarlig:

### Dosering

Gelen fördelas i individuellt framställda mjukplastskeदार. Mellan 7-11cm gel (beroende på käkstorlek) appliceras så att ca 1/3 av skeden fylls.

### Applicering

Tryck skedarna på plats (både överkäke och underkäke). Sitt i 5 min och "tugga" lätt för att pressa in gel approximant. Överskottet av gel som läcker ut ska sköljas bort eller spottas ut för att förhindra nedsväljning.

Tag ut skenorerna efter 5 minuter och spotta ut all gel. Om du är mycket mun-torr, så skall du skölja munnen lätt med vatten. Skölj skenorerna i kallt/ljummet vatten.

Behandlingen pågår under 5 min en gång per dag så länge tandläkaren bedömer detta vara nödvändigt. Undvik gärna att äta, dricka eller borsta tänderna under de närmaste 30 minuterna efter behandlingen.