

## Spatelbitning

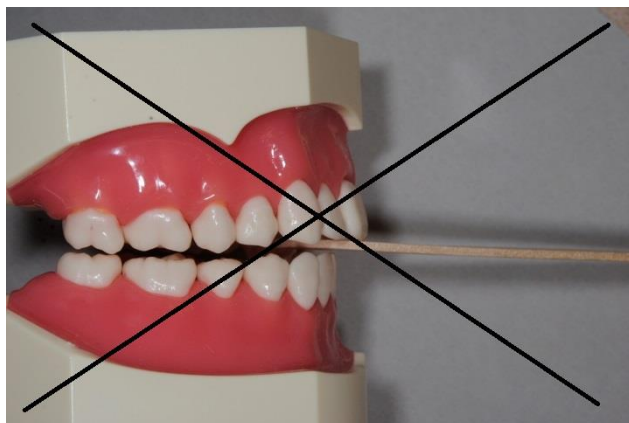
Ändamålet med spatelbitning är att med tryck från spateln flytta den felställda överkäkstanden så att den biter utanför underkäkstanderna.

Änden på spateln sätts bakom den felställda tanden med stöd mot underkäkstanderna. Bit ihop kraftigt samtidigt som andra änden av spateln förs neråt mot bröstet.

Rätt:



Fel:



1. Bit ihop 2 min
2. Vila 1 min
3. Upprepa steg 1 och 2 ytterligare 3 ggr
4. Denna övning utförs 3 ggr/dag, morgon, eftermiddag och kväll

Förflyttning av tanden sker långsamt, för att uppnå effekt ska spatelbitning göras regelbundet. En viss ömhet kan kännas i tanden.