



[www.tandheelkundigcentrumabcoude.nl](http://www.tandheelkundigcentrumabcoude.nl)

[Holendrecht 29-A 1391 VT Abcoude](#)

[0294-283102](tel:0294-283102)

[info@tcabcoude.nl](mailto:info@tcabcoude.nl)

- Hoe lang per dag draag je de Aligners? Draag elke aligner minimaal 20 uur per dag gedurende 14 dagen tenzij de behandelend tandarts een aanvullende of andere instructie geeft.
- Eten en drinken: Eten liever zonder aligners, als ze stuk gaan duurt het weer enige weken om nieuwe te bestellen. Wel tanden poetsen voor het terugplaatsen. Dit kan met een gewone tandenborstel . Met lauw warm water. Liever geen tandpasta , de aligner kan dan dof worden. Het wordt afgeraden om kauwgom te eten tijdens het dragen van aligners. Het nuttigen van hete dranken zou de aligner kunnen vervormen. Dit wordt dan ook afgeraden.
- Nieuwe aligners passen: De eerste dagen zal de aligner strak aanvoelen , dat gevoel verdwijnt daarna als de tanden en kiezen zich aan de nieuwe positie hebben aangepast. Dat is normaal.
- Vervolgafspraken: met enige regelmaat komt U op consult o m te zien of alles naar wens verloopt en er geen belemmeringen zijn. U krijgt dan meestal de volgende set aligners mee.
- Roken: Roken met de aligner in de mond kan tot verkleuring van de aligner leiden.