

GEBRUIKERSHANDLEIDING



de oplossing tegen snurkproblemen en slaapapneu

1.



2.



3.



5.



4.



EASY COMFORT MRA GEBRUIKERSHANDLEIDING

Voor een optimale werking en onderhoud van dit hulpmiddel, lees deze handleiding zorgvuldig door.

Wat is het Easy Comfort MRA?

Het Easy Comfort MRA (Mandibulair Repositie Apparaat) is op patiënt afgestemd en op maat gemaakt hulpmiddel dat tijdens de slaap in de mond wordt gedragen. Het bestaat uit een boven- en onderbeugel die de onderkaak naar voren brengen, wat de ademhaling tijdens de slaap verbetert.



Inhoud van de doos

1. **Easy Comfort MRA** (boven- en onderbeugel)
2. **Kalibratiesleutel**
3. **Easy Bite**
4. **Modellen en beetregistratie** (los of in modellen verwerkt)
5. **Transportdoosje**

Bewaar de inhoud van de doos voor eventuele aanpassingen.

GEBRUIK VAN HET EASY COMFORT MRA

Indicaties

Het Easy Comfort MRA is bedoeld voor de behandeling van nachtelijk snurken en op medisch voorschrift bij milde tot matige obstructieve slaapapneu bij volwassenen (18 jaar of ouder).

Contra-indicaties

Gebruik het apparaat niet als je:

- centrale slaapapneu hebt;
 - ernstige ademhalingsstoornissen hebt;
 - losse tanden hebt;
 - slechte mondverzorging hebt;
 - ontstekingen in de mond hebt;
 - gevorderde parodontale aandoeningen hebt;
 - jonger bent dan 18 jaar;
 - kaakgewrichtklachten hebt.
- 

WAARSCHUWINGEN EN VOORZORGSMaatregelen

Mogelijke bijwerkingen

- Tandbeweging of verandering van de beet
- Tandvlees- of tandpijn
- Kaakgewrichtspijn of -gevoeligheid
- Belemmering van ademhaling via de mond
- Overmatige speekselvloed

Deze bijwerkingen zouden binnen een uur na het verwijderen van het apparaat moeten afnemen. Neem bij aanhoudende klachten contact op met je behandelaar.

Easy Comfort is niet aansprakelijk voor eventuele schade aan kroon- en brugwerk, kunstgebitten, implantaten en primaire of secundaire structuren als het gevolg van het gebruik van de beugels.



HET INBRENGEN VAN HET EASY COMFORT MRA

Vorbereiding

Poets en flos je tanden grondig voor gebruik.

Inspectie

Controleer het Easy Comfort MRA op schade zoals breuken of scheuren. Gebruik het apparaat niet als het beschadigd is en laat het repareren door je behandelaar.

Indoen van de beugels

1. **Bovenste beugel:** plaats de bovenste beugel in je mond en druk met je duimen omhoog om deze stevig te laten passen.
2. **Onderste beugel:** plaats de onderste beugel in je mond en druk met je wijsvingers naar beneden voor een stevige pasvorm.
3. **Sluit je mond:** breng je onderkaak iets naar voren zodat de "vleugels" van de onderbeugel contact maken met de blokjes van de bovenbeugel. Sluit je mond langzaam totdat je lippen elkaar lichtjes raken.



Verwijderen van de beugels

1. **Onderste beugel:** Verwijder eerst de onderste beugel door deze voorzichtig omhoog te trekken met je duimen aan beide zijden van de beugel te plaatsen.
2. **Bovenste beugel:** Verwijder daarna de bovenste beugel door deze voorzichtig naar beneden en naar voren te trekken met zowel je wijsvingers als duimen aan beide zijden van de beugel te plaatsen.



Belangrijk: Trek nooit aan één kant van de boven- of onderbeugel, omdat dit scheuren of breuk van het MRA kan veroorzaken.

HET GEBRUIK VAN DE EASY BITE

Na het uitnemen van het MRA, gebruik je de Easy Bite om je kaak te ontspannen:

1. **Kauwen:** houd de Easy Bite vast en plaats deze tussen je kiezen. Kauw 15 seconden zachtjes op de Easy Bite.
2. **Bewegen:** doe ontspanningsoefeningen door je kaak heen en weer te bewegen.
3. **Herhalen:** herhaal deze stappen aan de andere kant van je gebit.

REINIGING EN ONDERHOUD

Belangrijk: Volg de onderhoudsinstructies zorgvuldig om je Easy Comfort MRA in goede staat te houden. Houd het apparaat uit de buurt van temperaturen boven 45°C (113°F) en gebruik nooit heet of kokend water. Dit kan het apparaat beschadigen. Vermijd ook mondwater, reinigingstabletten (zoals Steradent), en ultrasone reinigungsapparaten. Gebruik geen organische oplosmiddelen (zoals ethanol, chloor, aceton, etc.) of tandpasta (reguliere tandpasta bevat vaak schuurmiddel).

Bestel hier de juiste onderhoudsmiddelen.



www.ecmra.nl/shop

Reinigingsinstructies

Na elk gebruik: Spoel je MRA af met koud of lauw water (niet warmer dan 45°C).

Reiniging: Gebruik een zachte tandenborstel en milde zeep (zoals groene zeep of speciale tandpasta zonder schuurmiddel, zoals Ecosym of Blue'm foam). Spoel daarna goed af. Gebruik een ragertje om het verstelmecanisme te reinigen.

Dieptereiniging: Eens per twee weken kun je een Retainer Bright tablet gebruiken voor extra reiniging.

Bewaren: Bewaar je MRA overdag in een bakje met schoon water en ververs dagelijks.

Transport: Gebruik het transportdoosje zonder water, voor vervoer. Het Easy Comfort MRA kan voor langere tijd droog worden bewaard.

Tips om verkleuring te voorkomen

Vermijd het eten en drinken van koffie, wijn, thee of frisdrank met het apparaat in of tot 2 uur voordat je het apparaat indoeet. Houd je apparaat uit de buurt van zonlicht. Sommige patiënten met amalgaamvullingen of gebruikers van Pyralvex (voor afters en irritatie door kunstgebitten) kunnen na verloop van tijd verkleuring van de binnenlaag van hun Easy Comfort MRA ervaren. Deze verkleuring heeft geen invloed op de prestaties of levensduur.



HET AANPASSEN VAN JE EASY COMFORT MRA

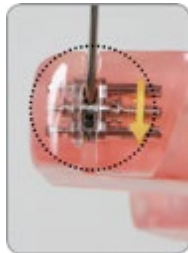
Voor een optimale pasvorm kun je het MRA in overleg met je behandelaar aanpassen:

1. **Kalibratiesleutel:** Plaats de kalibratiesleutel in het sleutelgat van het verstelmechanisme.
2. **Aanpassen:** Draai de sleutel 90° in de richting van de pijl voor een aanpassing van 0,2 mm per slag naar voren. Maximaal 1 tot 4 slagen aan beide zijden per keer.
3. **Symmetrisch afstellen:** Zorg ervoor dat je aan de andere kant van het MRA het verstelmechanisme met dezelfde aantal slagen in de richting van de pijl, naar voren zet.
4. **Uitproberen:** Wacht minimaal 3 dagen tussen elke aanpassing.

Belangrijk:

Noteer aanpassingen: Houd het aantal slagen bij voor beide kanten om ervoor te zorgen dat de aanpassingen aan beide zijden gelijkmatig zijn.

Overwegingen: Houd rekening met factoren zoals alcoholgebruik,



De-activeren: Plaats de kalibratiesleutel in het sleutelgat van het verstelmechanisme. Draai de sleutel 90° tegen de richting van de pijl voor een aanpassing van 0,2 mm per slag naar achteren en herhaal dit aan de andere zijde met evenveel slagen.

Voor overige informatie over onderhoud en producten, bezoek www.ecmra.nl



Easy Comfort B.V.

Ringbaan-Noord 7
5013 EA Tilburg
The Netherlands



Hulpmiddel
naar maat



www.ecmra.nl



WISE WITH WASTE

♥ MILIEUVRIENDELIJK
♥ SOCIAAL VERANTWOORD
♥ PAPIER & KARTON
♥ VAN LANDBOUWAFVAL

WWW.PAPERWISE.EU