



STAPPENPLAN SNURKBEUGEL SMART

Een BreatheC snurkbeugel is geavanceerder dan een standaard smelt of bijt snurkbeugel. Volg het onderstaande stappenplan dan ook nauwkeurig op voor de ideale pasvorm.

STAP 1 Voorbereiding

- Was je handen en de snurkbeugel met zeep.
- Plaats het plastic spateltje in de opening vooraan op de snurkbeugel.
- Zet twee glazen klaar, één met heet en één met koud water.

Tip! Controleer of het water op temperatuur is door te voelen. Brand je je vinger? Dan is het water net te warm.

Let op: laat de snurkbeugel nooit in kokend water smelten.

STAP 2 Smelten

- Dompel de beugel volledig onder in heet water en laat deze circa 30 seconden weken, tot de beugel zacht is. Laat het spateltje zitten.
- Haal de beugel uit het glas via het spateltje en laat deze uitlekken.

Let op: raak de snurkbeugel tijdens/na het smelten niet aan en laat de spatel zitten.

STAP 3 Plaatsen

- Check of de beugel volledig zacht is.
- Plaats de snurkbeugel via de spatel in de mond. Gebruik een spiegel voor optimaal zicht.
- Zorg dat de onderste en bovenste rij voortanden recht onder elkaar staan.

STAP 4 Vormen

- Gebruik de vingers, wangen en lippen om de voorkant van de snurkbeugel goed naar het gebit te vormen.
- Druk met je tong op de binnenkant van de snurkbeugel om deze naar het gebit te vormen.
- Zuig de lucht uit het mondstuk door langzaam in te ademen met behulp van de tong en lippen.
- Laat de beugel gedurende 1 minuut in de mond zitten.

STAP 5 Verwijderen

- Haal de beugel voorzichtig uit de mond.
- Plaats de beugel gedurende 2 minuten in een glas met koud water.
- Verwijder de snurkbeugel en plaats deze terug in de mond.
- Verwijder de spatel.

STAPPENPLAN NEUSSPREIDERS EN -CLIP

STAP 1 Selecteer de juiste maat en materiaal

- De neusspreiders worden geleverd in 4 verschillende maten: klein, medium, groot en extra groot.
- Kies de maat die het beste bij je neus past voor optimaal comfort en effectiviteit.
- Er is keuze uit 2 materialen: Siliconen en EVA

STAP 2 Reinig je neus

- Was je handen grondig voordat je de neusspreider gebruikt.
- Maak je neusgaten schoon met water of een zoutoplossing om eventuele slijm of vuil te verwijderen.

STAP 3 Plaats de neusspreider

- Houd de neusspreider vast aan de uiteinden, met de gebogen zijde naar boven gericht.
- Breng voorzichtig de uiteinden van de neusspreider in je neusgaten, zodat de gebogen zijde zich aan de binnenkant van je neus bevindt.
- Plaats de neusspreider voorzichtig in je neus totdat deze comfortabel op zijn plaats zit. Zorg ervoor dat de neusspreider niet uitsteekt of voor ongemak veroorzaakt.

STAP 4 Controleer de pasvorm

- Zorg ervoor dat de neusspreider stevig op zijn plaats zit en niet loskomt tijdens het dragen.
- Controleer of de neusspreider comfortabel aanvoelt en geen pijn of irritatie veroorzaakt.

STAP 5 Aanpassen indien nodig

- Als de neusspreider niet goed past of oncomfortabel aanvoelt, probeer dan een andere maat.
- Je kunt experimenteren met de verschillende maten en materialen om de neusspreider te vinden die het beste bij jouw neus past.

Nog niet de juiste fit gevonden? Volg het stappenplan opnieuw tot je het juiste formaat gevonden hebt.

Vragen of hulp nodig?

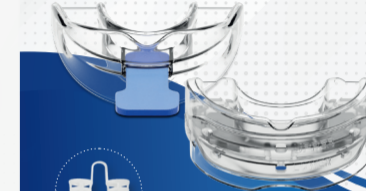
We zijn 24/7 bereikbaar via support@breathec.nl.

Benieuwd naar ons volledige assortiment?
Scan de onderstaande QR-code.



www.breathec.nl

Voert 18, 1861 PE Bergen, The Netherlands



**ANTI
SNURK SET
ALL IN ONE**
HANDLEIDING

GEFELICITEERD!

Gefeliciteerd met de aankoop van jouw **Breathec All In One Snurk Set**! In deze handleiding vind je waardevolle tips en informatie die jou helpen het meeste uit de set te halen.

MERKVISIE

Breathec combineert wetenschap en technologie in slimme snurk en slaap oplossingen. Onze missie? Een snurk en knars vrij Nederland waarin iedereen geniet van een goede nachtrust.

Ons assortiment bestaat uit nachtbeugels en bijbehorende accessoires die jou helpen beter te slapen. Goed voor je gebit én je nachtrust. Slaap lekker!

WAARSCHUWING

Heb je al een beugel? Contacteer dan eerst je orthodontist voor je start met gebruik. De tandarts of orthodontist kan de anti snurkbeugel voor je plaatsen en goed passend maken. Zo weet je zeker dat het materiaal niet bindt aan eventuele brackets.

Raadpleeg een tandarts bij:

- een missende tand;
- een klik in de kaak;
- zweren in de mond of bloedend tandvlees;
- een temporomandibular diagnose.

GEBRUIK

Voor de beugel kan worden gebruikt moet deze eerst worden klaargezet. Met een uitgebreid stappenplan en slimme tips staat de Breathec anti snurkbeugel klaar voor je het weet.

Lees de instructies goed door om problemen te voorkomen. Loop je toch vast? Stuur ons gerust een mailtje. We helpen je graag!

Benodigheden

- Anti snurkbeugel
- Vork
- 2 kommen/glazen
- Heet, maar niet kokend water 70/80 °C
- Koud water
- Spiegel

Do's

- Gebruik water dat "hot to touch" is; heet maar niet te heet.
- Check of je tanden goed in het midden van de beugel staan geplaatst.
- Adem rustig in en gebruik tegelijk de vingers en de tong om een strakke, maar comfortabele fit te creëren.

Don'ts

- Gebruik geen kokend water.
- Adem niet te krachtig in; dit zorgt voor een te strakke fit.
- Bijt niet op de beugel.

SCHOONMAKEN EN OPBERGEN

De Breathec anti snurkbeugel kan met een normale tandenborstel en tandpasta worden gepoetst. Spoel de beugel na het wassen af en droog de beugel goed na. Berg de snurkbeugel op en bewaar in een droge kamer.

Reinig de neusspreider/neusclip na elk gebruik met water en milde zeep. Droog de neusspreider/neusclip grondig af voordat je deze opbergt. Vervang de neusspreider na elke 6 weken om optimale hygiëne en effectiviteit te behouden.

WAARSCHUWINGEN

- Probeer te voorkomen om het materiaal aan te raken wanneer de beugel zacht is.
- Houd de anti snurkbeugel uit de buurt van warmtebronnen, vlammen en omgevingstemperaturen boven de 80 graden.
- Het materiaal van de beugel kan blijven plakken aan nagellak of kunstnagels. Wees zorgvuldig met vormen en plaatsen.
- Vermijd situaties waarbij het inademen of inslikken van de snurkbeugel een risico vormt.

Gebruik de snurkbeugel/neus accessoires niet bij;

- een kunstgebit;
- een losse tand, vulling of gaatjes;
- een slechte pasvorm;
- epilepsie.

Stop gebruik bij;

- het optreden van verzuring, bloeding of andere reacties;
- het ontstaan van problemen als pijn in de kaak, tanden, oren, nek of in het hoofd;
- beschadiging of slijtage van de beugel.

Contacteer een tandarts wanneer je pijn ervaart tijdens het gebruik van de Breathec anti snurkbeugel.

STAPPENPLAN SNURKBEUGEL ADVANCED

Een Breathec snurkbeugel is geavanceerder dan een standaard smelt of bijt snurkbeugel. Volg het onderstaande stappenplan dan ook nauwkeurig op voor de ideale pasvorm.

STAP 1

Voorbereiding

- Was je handen en de snurkbeugel met zeep.
- Verstel de snurkbeugel, zodat de beugel het beste is afgesteld voor het gebit.
- Zet twee glazen klaar; één met heet en één met koud water.

Tip! Controleer of het water op temperatuur is door te voelen. Brand je je vinger? Dan is het water net te warm.



Let op: Kijk goed wat de onderkant/bovenkant is van de beugel. De onderkant dient ALLEEN naar voren geschoven te worden. Laat de snurkbeugel nooit in kokend water smelten.

STAP 2

Smelten

- Dompel de beugel volledig onder in heet water en laat deze circa 30 seconden weken, tot de beugel zacht is.
- Haal de beugel uit het glas met de vork en laat deze uitlekken.



Let op: raak de snurkbeugel tijdens/na het smelten niet aan.

STAP 3

Plaatsen

- Check of de beugel volledig zacht is.
- Pak de snurkbeugel vast bij het harde gedeelte en plaats de beugel in de mond. Gebruik een spiegel voor optimaal zicht.

STAP 4

Vormen

- Gebruik de vingers, wangen en lippen om de voorkant van de snurkbeugel goed naar het gebit te vormen.
- Gebruik je tong om de binnenkant van de snurkbeugel naar het gebit te vormen.
- Zuig de lucht uit het mondstuk door langzaam in te ademen met behulp van de tong en lippen.
- Laat de beugel gedurende 1 minuut in de mond zitten.

STAP 5

Verwijderen

- Haal de beugel voorzichtig uit de mond.
- Plaats de beugel gedurende 2 minuten in een glas met koud water.
- Verwijder de snurkbeugel en plaats deze terug in de mond.



Zie achterzijde handleiding voor de overige **instructies**.