



STAPPENPLAN

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

STAP 1 Vorbereiding

- 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: laat de snurkbeugel nooit in kokend water smelten.

STAP 2 Smelten

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

Zit de snurkbeugel nog niet lekker? Volg het stappenplan opnieuw tot je de juiste fit gevonden hebt!

Vragen of hulp nodig?

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

www.breathec.nl

Voert 18, 1861 PE Bergen, The Netherlands



ANTI SNURKBEUGEL ADVANCED

HANDLEIDING

GEFELICITEERD!

Met de aankoop van jouw **Breathec anti snurkbeugel!**
In deze handleiding vind je waardevolle tips en informatie die jou helpen het meeste uit de snurkbeugel te halen.

MERKVISIE

Breathec combineert wetenschap en technologie in slimme snurk oplossingen. Onze missie? Een snurk en knars vrij Nederland waarin iedereen kan genieten van een goede nacht.

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.

WAARSCHUWINGEN

- Probeer overbodig rekken te voorkomen het materiaal niet 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 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.



Zie achterzijde handleiding voor het **stappenplan**.