

Aligner als Lehrperson

Beitrag von „Vaia“ vom 8. August 2024 14:26

Hallo [handbasket](#)

Ich trage zur Zeit Alligner. Allerdings bin ich noch in Elternzeit und kann nur von meinem Vorgehen im Alltag berichten.

Ich nehme die Schienen direkt vorm Essen mit vorgehaltener Hand raus. Nach dem Essen gehe ich entweder ins Bad Zähne putzen oder spüle den Mund durch, nutze Zahnseide und setze die gut gewaschenen Schienen wieder ein.

Liebe Grüße