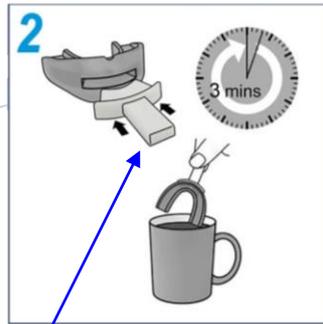


取扱説明書 1. 歯型取り順序

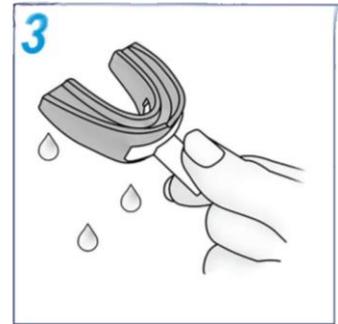
どうぞ十分にお読み戴き、丁寧にお作り下さい。



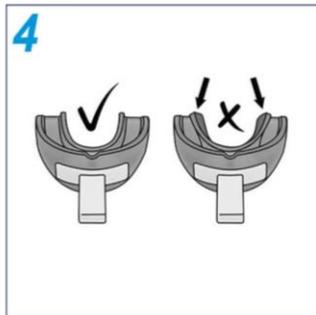
沸騰したお湯をカップに入れ(300ml)、**一分間**冷まします(約 **85℃**になる)。熱過ぎると表面がラフになる。電子レンジは使用しない事(容器も温まる)。



取付具を挿入して、お湯の中に**3分間**入れます。スプーン等で当具を抑えながら、お湯の中に十分に浸っている様になります。



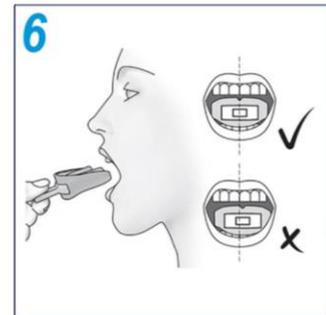
当具をお湯の中から取り出し、軽く水切りして、熱過ぎないのを確認して下さい。



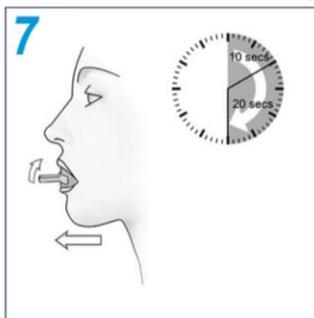
もし壁部分が傾いていたら、元の垂直な形に戻します。(歯に当たり、形が崩れるのを避ける為です。)



口内に挿入する時、中央に**V**の切込みがある方を上にして、素早く口内に入れて歯型取りを始めます。



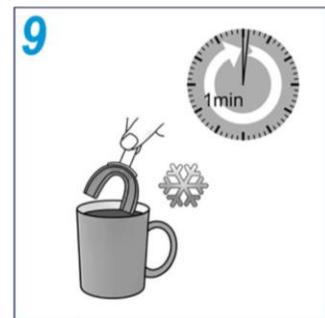
図の様に中心に気をつけながら、**先ず当具下溝を下歯に被せます。**次に上歯を上溝に入れます。



強く嚙締めながら、**下前歯と上前歯の先端が直線になる様に**下顎を少し前に出します。(取付具が少し上向きになります。)



下顎を前方に保ち、吸込む様にしながら、**30秒間**位掛けて指と舌で**当具を歯全体に押付ける**様にして歯型取ります。



約1分後、当具が体温位になったら、口内から取り出し冷水に浸けて歯型を固めます。取出して口内に入れて試してみましょう。

下顎を数ミリ前方移動、更に舌先を前方に突出せます。

## 取扱説明書 2. ご使用方法

1. 中央にVの切込みがある方を上にして口内に入れます。下顎が数ミリ前方移動します。
2. 舌先を空気孔入口まで突出します。これにより、舌根が喉奥に下がるのを防ぎます。
3. 吸込む様になるとスリープタイトの溝にある唾液を除く事が出来るので、もっとしっとりするでしょう。日数が経つにつれて、慣れてきます。

○最初の数日は唾液が多めに出ますが、スリープタイトに慣れてくると普通に戻ります。

○口内の違和感に慣れるまでに数日掛ります。

### お手入れ

柔らかい歯ブラシと口すすぎ液で毎朝洗って、水ですすぎ、良く乾かしてから、保管容器に入れて清潔に保管して下さい。（**ご注意**：研磨剤が入っている練歯磨きは当具の表面を傷つけます。）

### ご注意

- 次の項目に当てはまる方はスリープタイトをご使用なさないで下さい。
  - \* 18歳未満
  - \* 歯の本数が少ない
  - \* 顎関節部に痛みや異常がある。
  - \* 歯のぐらつきがある。
  - \* 下顎を数ミリ前方へ移動すると顎関節部に疲れや痛みが生じる。
  - \* 総入れ歯、部分入れ歯（取付け金具の形状が複雑であれば、歯型取り時にスリープタイトが金具等に引っかかり制作出来ない場合があります。）
- 睡眠時無呼吸症を疑われる方は、使用前にお医者さんにご相談ください。
- 歯の状態が不確かな場合、或は咬合が異常な場合は、使用前に歯医者さんにご相談ください。
- スリープタイト使用中に、顎関節部に痛みを感じその痛みが続いたら、直に使用を中止して、歯医者さんにご相談下さい。

○ **歯型取りは4~5回繰り返せますが、回数が多くなると材質劣化が生じます。**

○ **歯型取り動画もございます。**：<http://www.yamaokainternational.com/products/pro21.php>

下顎前方移動マウスピースは歯で支えながら下顎が下るのを防ぐ為、（寝姿、顎筋肉の衰え等により）歯に負担をかける場合があります。定期的に歯医者さんに歯の状態を診てもらおう事をお勧めします。  
定期健診は歯の健康に大切です。

製造国：英国（設計・デザイン：米国） \* 本体素材には Latex も PBA 含まれていません。  
原材料：本体：エチレンビニールアセテート(米国 FDA 承認品) 保管容器：ポリプロピレン  
サイズ：65mm(幅) x 46mm(奥行) x 21mm(高さ) 重さ：18g  
輸入元：有限会社ヤマオカインターナショナルコーポレーション・東京