

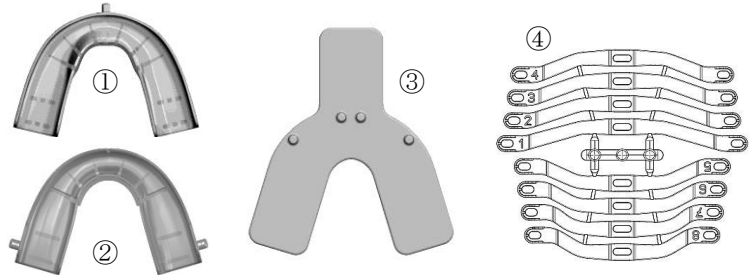
ソムノフィット-S Somnofit-S

使用説明書

最大の効果を得る為に、ご使用前に下記説明を十分にお読みください。

セットの内容

- ①上歯用型（正面フック付）
- ②下歯用型（左右後部フック付）
- ③歯型取りプレート
- ④調節ストラップ
- 温度計 ○保管容器

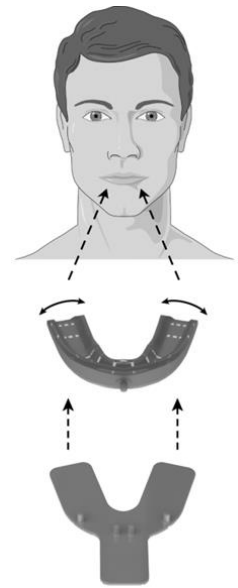


ソムノフィット-Sの働き

下顎を前方移動させ、舌根が上気道を邪魔するのを防ぐ。前方移動量は8段階調節可能。

歯型取り・使い方

1. 7～8センチの高さまで水を入れた容器に付属の温度計（浮き具付き）を入れて水温を高めて行き、温度計の赤い部分が青色横線に届いたら、熱源を止める。上歯用型①を入れて、3分間待ちます。
2. スプーン等で上歯用型を取出し、水切りする（熱いので気をつけます）。鏡の前で、型正面のフックを前歯の真中に合わせながら、ゆっくりと型を上歯にはめる。両親指を型の下に置き、しっかりと押し上げます。
3. 片手で上歯用型を保持しながら、歯型取りプレートを上歯用型の下側に置く。しっかりと嚙締めながら歯型を取る。指で唇と頬の周りを強く押ししながら、同時に舌で歯の裏側部分を強く押しながら歯型を取ります。
4. 上歯用型を付けたまま、歯型取りプレートを取出す。次に下歯用型取りを1～3の方法で行う。この時、歯型取りプレートは用いない。下歯用型の中央線を上歯用型のフックの位置に合わせる。嚙締めて指と舌で型取り、温度が下がる迄2分間待ち、両方の型を取出して冷水ですすぐ。
5. 調節ストラップの中から番号4のストラップを切り取り(他のストラップは保管して下さい)、上歯用型のフックをストラップの中央の穴に差し込み、15度回転させる。次に下歯用型の左右フックをストラップ両端の穴に差し込みます。これで完成です。



○就寝前に完成したソムノフィット-Sを装着します。

○早い方もいらっしゃいますが、当具の使用に慣れて来るのに1週間位は必要です。

最初に番号4のストラップを使用する理由：このストラップは下顎を通常の位置より約6mm前方移動します

(実際の移動量は各人により異なる)。通常この移動量は顎関節に最少の負担しか掛けません。最初は顎関節に出来るだけ負担を掛けない様に下顎を移動して、徐々に慣れて行くことが大切です。

ストラップの長さ調節(移動量の調節)は次の様に行ないます。

- * 下顎移動量が大き過ぎ不快感が大きい場合 --- 更に小さい数値のストラップ(No. 1~3)を使用する。
- * いびきが減少しない場合 --- 更に大きな数値のストラップ(5~8)を使用する。No.7~8のストラップ使用の場合は、事前に歯科医師さんにご相談されることをお勧めします。

ご注意： 下記に該当される方はご使用なさないで下さい。

- * 18歳未満
- * 顎関節部に痛みや異常がある。
- * 歯のぐらつきがある。
- * 歯周病が進行中。
- * 上歯下歯どちらかが10本以上抜けている。
- * 総入歯・部分入歯

「いびき予防用マウスピース」ご使用後は、一般的に下記が生じます。

- * 朝起床後、マウスピース取外し後に下顎に或は噛合わせに違和感を感じます。(数分後に無くなります。)
 - * 顎関節部に少しの痛みが生じます。(通常数日で無くなりますが、持続する場合は、調節ストラップを替えて移動量を少なくして下さい。)
 - * 唾液が多くなりますが、マウスピース使用に慣れるに従って、通常に戻ります。
- 不快感が続く場合は、使用を止めて歯科医さんにご相談下さい。

お手入れ・保管

毎回使用後は、柔らかい歯ブラシで食器用中性洗剤或いは入歯洗浄剤で良く洗い、十分にすすぎ、乾かしてから付属の保管容器に入れて清潔に保管下さい。ストラップやストラップ用フック部分も良く洗浄して下さい。

歯型取り動画があります。分かり易いですので、どうぞご覧ください。 www.yamaokainternational.com

耐用期間

通常のご使用で8-15ヶ月間です(毎日の手入れ、歯ぎしり、口内の酸度等により変わります)。

フィット感

フィット感は、歯の形、歯の数、歯型取りの出来具合により異なります。ソムノフィット-Sがうまく歯にフィットしない場合は、歯形が上手に取れているかどうかチェックして下さい。上手に取れていない場合は、歯型取りを再度行います。歯茎の根元に当たり不快感を与える部分(内側の柔らかい部分)があれば、カッターか挟みできれいに切り取って下さい。

○ 歯型取り直しは2~3回出来ますが、回数が多くなると材質劣化が生じます。

注意事項

- 下顎前方移動に不安のある方は、当具ご使用前に歯科医師にご相談ください。
- 使用中に顎関節部、歯茎等に痛み等異常を感じたら、直ちに使用を中止して歯科医師にご相談下さい。
- 下顎前方移動量が大きくなれば、それだけ顎関節に負担を掛けます。この点に十分ご注意して、下顎前方移動量は出来だけ小さくセットする事が大切です。

品質保証

製造上生じた不良品はお取替え致します。ご購入店にご連絡ください。

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：スイス パテント：スイス及び国際特許(日本含)出願中
材質：本体：ポリカーボネイト、エチレンビニールアセテート
 ストラップ：サントプレーン Med 保管容器：ポリプロピレン
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