

## Purentakiskon käyttö

Purentakiskon tarkoituksena on rentouttaa leukalihaksia, minkä seurauksena kipu vähenee ja leukojen toiminta paranee. Purentakisko suojaa myös hampaiden kulumiselta.

### Tottumuskyseminen

Vaikkakin kisko on valmistettu juuri sinun hampaillesi, se saattaa alussa tuntua epämukavalta. Se voi tuntua suurelta ja kömpelöltä ensimmäisten vuorokausien aikana, joidenkin mielestä suu kuivuu, kun taas toisten mielestä se lisää syljeneritystä. Kiskoon tottumattoman mielestä määrättyt hampaat saattavat varsinkin aamuisin tuntua aristavilta. Sen lisäksi on helppoa purra poskeensa, ja joskus kisko aiheuttaa hiertymiä. Vaivat ovat tilapäisiä ja menevät ohi totuttuasi kiskoon. Vaivojen jatkuessa ota yhteyttä hammaslääkäriin.

### Purennan oikaisu

Otetuasi kiskon suusta hampaat eivät ehkä tunnu sopivan yhteen. Se on luonnollinen seuraus purentalihaksissa alkaneesta rentoutumisesta. Joskus purentakiskohoito vaatii pienen purennan oikaisun.

### Eri purentakiskot

Purentakiskoja on erilaisia. On tärkeää noudattaa juuri omalle purentakiskolle annettuja hoito-ohjeita.

### Hoito

Puhdista purentakisko huolellisesti hammasharjalla ja -tahnalla. Purentakisko tulee säilyttää kosteassa. Jos kiskoon muodostuu hammaskiveä, sen voi useimmiten poistaa antamalla purentakiskon liota päivän lasillisessa vettä, johon on lisätty ruokalusikallinen etikkaa. Illalla hammaskivi voidaan harjata pois.

Purentakiskoa käytettäessä on tärkeää huolehtia suun puhtaudesta. Harjaa hampaat huolella ennen kiskon laittamista suuhun ja sen poiston jälkeen.