

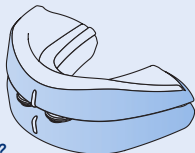
Instructies voor het aanbrengen van SleepPro SFA

Lees deze instructies voordat u uw SleepPro SFA aanbrengt



sleepPro SFA

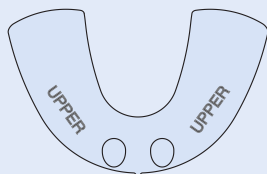
ANTI-SNORING MOUTHPIECE



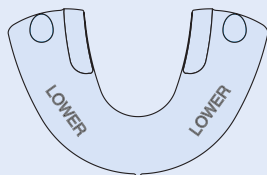
Wat treft u aan in de verpakking?

- A Bovenste lade (upper)
- B Onderste lade (lower)
- C Strips met spanbanden x 2
- D Montage boogvormige handgreep

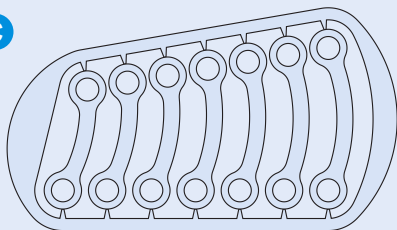
A



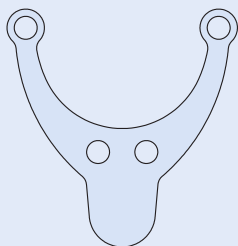
B



C



D



SleepPro SFA Antisnork mondstuk

De SleepPro "Self Fit Adjustable" (SFA), of wel het door uzelf gemakkelijk handmatig in te stellen anti-snurkmondstuk, is de nieuwste toevoeging in ons assortiment van SleepPro "onderkaakvooruitbrengspalken". Op verzoek van artsen en patiënten heeft SleepPro de SleepPro SFA ontwikkeld, met een perfecte pasvorm voor comfortabel gebruik.

De SleepPro SFA behandelt snurken en ook slaapapneu bij volwassenen, op medisch advies. Het voldoet aan de EU-richtlijn 93/42/EEG voor medische apparatuur en is geregistreerd bij de toezichthouder MHRA (<http://www.mhra.gov.uk>), in Londen, onder nr. CA012536.

Waarvoor wordt de SleepPro SFA gebruikt?

- Primair het stoppen van snurken
- Milde tot matige obstructieve slaapapneu, bij volwassenen, op advies en/of met goedkeuring van een medisch professional, arts of specialist.
- Bij CPAP-intolerantie, op advies of met goedkeuring van een medisch professional, arts of specialist.
- Gebruik door patiënten die geen CPAP gebruiken tijdens het reizen, met goedkeuring van hun medische professional, arts of specialist.

Wij adviseren vooraf met uw arts of tandarts te overleggen, wanneer op u het volgende van toepassing is:

- disfunctioneren van het kaakgewricht
- gebruik van een kunstgebit, kronen, parodontitis en grote verschillen tussen de tanden
- overgevoelige kokhalsreflex
- centrale slaapapneu
- een beperking om de onderkaak (iets) naar voren te brengen

Unieke produkt eigenschappen:

- ergonomisch ontwerp van de bovenste en onderste tandboog of kaaklade
- verstelbare spanbanden welke handmatig kunnen worden ingesteld om de onderkaak tussen 0-12mm vooruit te brengen
- eenvoudig in te stellen en gemakkelijk bij te stellen, indien dit gewenst is voor optimaal gebruiksgemak en comfortabel gebruik
- een thermopolymer voering voor een stevige en comfortabele pasvorm
- zeer eenvoudige montage voor iedereen, voor optimaal gebruik van het mondstuk
- gladde geprofileerde buitenkant voor extra comfort
- vaste ademhalingsgaten voor personen die door de mond ademen

De SleepPro SFA bestaat uit twee harde platen (tandboog of kaaklade of lade) één voor aan de bovenkaak en één voor de onderkaak. Elke lade is gevuld met een op maat gemengd, thermo-ervormbaar polymer. Met de verwisselbare bandjes kan de vooruitgang van de onderkaak zeer nauwkeurig worden ingesteld. Hierdoor wordt de spanning in de bovenste luchtwegen hersteld en voorkomt het dat de zachte weefsels verslappen, zodat het snurken wordt voorkomen.

Lees deze instructies goed voor gebruik van uw SleepPro SFA!

1 Zorg eerst dat u weet welke lade voor de bovenste tanden bedoeld is en welke voor de onderste tanden. De woorden 'upper' voor boven en 'lower' voor onder, zijn ingegraveerd op de rand van elke lade.

Bevestig het boogvormige handvat om beide laden tot een mondstuk, waarna u deze kunt onderdompelen in vers gekookt water gedurende drie minuten, of totdat de gelvoering zacht is.

2 Haal het verwarmde mondstuk na drie minuten uit het water en schud het overtollige warme water eraf. Alvorens u het in de mond doet, houdt u het mondstuk tegen de rug van uw hand om te controleren of het niet te warm is.

3 Als eerste plaatst u de lade in uw mond over uw tanden, met uw voortanden zo dicht mogelijk bij de voorkant van de lade en houdt de centrale verticale referentielijn, welke u op het mondstuk ziet tussen uw twee voortanden.

Duw vervolgens uw onderkaak lichtjes in de onderste lade, zodat uw onderste tanden zich zoveel mogelijk in het midden van de gellaag bevinden.

4 Bijt vervolgens stevig, zodat uw tanden in de zachte gel bijten en u voelt dat ze contact maken met de harde schil. Eventuele overtollige gel wordt omhoog geduwd. De overtollige gel kunt u

met een natte vinger stevig tegen de tanden duwen, zodat het zich zoveel mogelijk rond de tanden vormt.

Laat de gel vervolgens in de mond 30-40 seconden afkoelen. Haal de SleepPro dan voorzichtig uit de mond en spoel na onder de koude kraan, zodat de gel stolt en verhard. Wanneer de overtollige gel oncomfortabel aanvoelt, doordat het te ver op het tandvlees zit, dan kunt u dit zorgvuldig met een schaar verwijderen, zolang het nog warm is.

5 Wanneer u tevreden bent met de pasvorm, koel de beugel dan gedurende twee minuten in koud water. Verwijder het boogvormige handvat en bewaar deze voor toekomstig gebruik, voor het geval u deze later nodig hebt om uw mondstuk om te vormen.

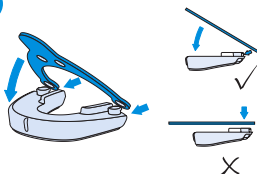
6 Nu kunt u de bijgevoegde spanbanden gebruiken. Deze hebben verschillende lengtes. Probeer als eerste het middelste paar, omdat deze voor de meeste gebruikers geschikt is.

Wanneer die stand het snurken niet stopt, probeert u telkens het daaropvolgende kortere paar. Of, indien uw onderkaak te ver naar voren is gebracht, probeert u dan telkens het daaropvolgende langere paar langere bandjes. Het kan echter soms een paar nachten (met geduld en doorzettingsvermogen) nodig hebben om de optimale instelling te vinden.

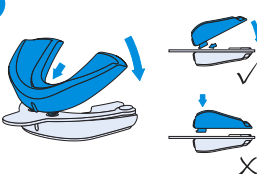
Wat heb ik nodig om de SleepPro SFA aan te brengen?

- Een kom met vers gekookt water
- Koud water
- Een spiegel

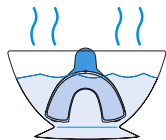
1a



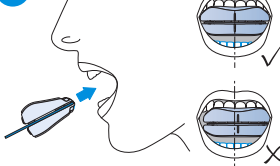
1b



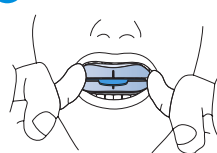
2



3



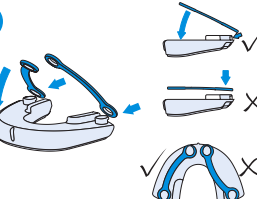
4



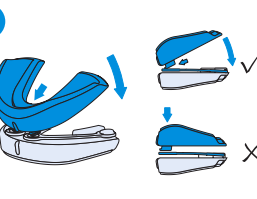
5



6a



6b



Sleeppro producten worden geleverd door:

Royalpharma, Witteweg 4W, 6586AE Plasmolen, Nederland

Tel: +31(0)24-6690547, E-mail: sales@royalpharma.nl - www.royalpharma.nl

Hoe werkt SleepPro SFA?

De meest voorkomende oorzaak van het snurken is dat lucht via gedeeltelijke vernauwde luchtwegen trillingen veroorzaakt van het zachte gehemelte tijdens de ademhaling. Een SleepPro mondstuk helpt de onderkaak iets naar voren te brengen, waardoor de luchtweg verder wordt geopend, en niet meer trilt (of in uitzonderlijke gevallen minder trilt). Hierdoor verdwijnt het geluid van het snurken.

Werkt het voor mij?

SleepPro apparaten werken voor de meeste gebruikers. Het kan nodig zijn om enkele aanpassingen te doen, zoals het goed passend maken door opnieuw te verwarmen of door het gebruik van de verschillende lengtes spanbanden - zie "Problemen oplossen" voor meer informatie. Sommige mensen hebben helemaal geen problemen, maar het gebruik is het proberen meer dan waard. Dit is dan ook één van de redenen waarom wij voorstellen om als eerste de SleepPro S1 te gebruiken.

Hoe lang duurt het voordat ik stop met snurken met mijn SleepPro SFA?

De SleepPro SFA moet onmiddellijk werken. Als dit niet gebeurt, dan moet je het mondstuk aanpassen en opnieuw proberen - zie ook "Problemen oplossen". Als het snurken stopt, al is het maar voor een korte tijd, dan weet u in ieder geval zeker dat het iets naar voren brengen van uw onderkaak u helpt om het snurken te stoppen of te doen verminderen. De kunst is dan het vinden van de meest comfortabele pasvorm. Mochten onze tips om problemen op te lossen niet helpen, neem dan contact met ons op voor advies.

Hoe lang gaat een SleepPro mee?

Er zijn vele factoren die de levensduur van uw SleepPro kunnen beïnvloeden. Bijvoorbeeld het knarsen met de tanden gedurende de slaap, het niet goed schoonhouden en de wijze hoe u uw mondstuk bewaart, spelen allemaal een rol. Wij hebben enkele klanten die al na zes maanden terugkomen en veel anderen die pas na twee jaar weer een nieuwe bestellen.

Hoe houd ik mijn SleepPro SFA schoon?

Na het gebruik van uw SleepProSFA kunt u deze grondig wassen in schoon water met behulp van een tandenborstel om te helpen eventueel vuil te verwijderen in de tandafdruk in het mondstuk. Gebruik geen tandpasta om uw SleepPro schoon te maken. Dit zal het materiaal kunnen beschadigen en er ontstaat meer kans op vlekken. Even kort waken in mondwater of een gebitsreiniger helpt om het mondstuk fris te houden, maar sommige producten kunnen het materiaal aantasten en kan de levensduur verkorten. Speciaal voor onze mondstukken verkopen wij speciale bruistabletten, die uw SleepPro fris houden en onschadelijk zijn voor uw mondstuk. Onze speciale bruistabletten zijn goed getest en tasten in tegenstelling tot veel andere producten uw mondstuk niet aan. Op onze website kunt u de bruistabletten bestellen.

Kan ik een SleepPro dragen als ik slaap apneu heb?

De meeste mensen met obstructieve slaap apneu (OSAS) snurken, maar slechts een kleine minderheid van snurkers hebben OSAS. Als uw partner heeft gemerkt dat u pauzes in uw ademhaling heeft terwijl u slaapt, of als u overdag aanzienlijke last heeft van vermoeidheid, adviseren wij u dit met uw arts te bespreken en kunt u vragen om een slaaponderzoek in een

slaappolikliniek, welke veel ziekenhuizen bieden. Zowel bij CPAP is het mandibulair vooruitbrengen van de onderkaak een mogelijk goede behandeling voor bepaalde gevallen van OSAS, maar dit moet altijd worden begeleid door een deskundig arts op dat gebied.

Ik adem door mijn mond als ik slaap. Zal ik in staat zijn om een SleepPro dragen?

Ja. Bij het ontwerp van onze SleepPro mondstukken hebben wij grote ademhalingsgaten in onze SleepPro mondstukken gemaakt, zodat u gemakkelijk kunt ademen door de mond. Het is ook een normaal verschijnsel dat uw neusademhaling voor een korte tijd wordt geblokkeerd wanneer u gaat liggen. Dit is vaak toe te schrijven aan een verandering van de bloeddruk rond de neus. Het lichaam compenseert dit echter snel en normaal gesproken is binnen vijftien minuten alles weer terug naar een normale situatie..

Hoe vaak kan ik mijn SleepPro omvormen?

U kunt uw SleepPro SFA zo vaak als je wilt omvormen, maar na de vierde of vijfde keer zal de gellaag minder kneedbaar zijn.

Toen ik 's morgens wakker werd voelde mijn kaak pijnlijk aan, alsof het naar voren is gedrukt. Is dit normaal?

Dit is een ervaring die regelmatig voorkomt. Sommigen hebben dat gevoel en moeten er even aan wennen, maar na gebruik neemt dat gevoel snel af, doordat de kaak weer de normale positie inneemt. Hoe langer u het mondstuk gebruikt, hoe minder u dat gevoel zal hebben, doordat de kaakspier ook getraind wordt om die houding te hebben bij gebruik van het mondstuk. Denk ook aan normale spierpijn, welke ontstaat bij inspanning van de spieren. Zo is het ook met de spieren in de kaak.

Kan ik een SleepPro gebruiken als ik een kunstgebit heb?

We hebben talrijke klanten met kunstgebitten, sommigen hebben een succesvol resultaat en sommigen hebben dat niet. De meeste 'belasting' bij het dragen van de SleepPro rust op de voorste tanden. Heeft u uw voorste tanden nog intact, dan is dat geen probleem. Als u niet meer over deze tanden beschikt, dan kunt u het beste een aangepaste SleepPro custom uitproberen om te bezien of dat voor u werkt. Bekijk de sectie 'SleepPro en kunstgebitten' voor meer informatie.

Zal ik in staat zijn om de SleepPro de hele nacht te dragen?

De meeste mensen kunnen het mondstuk de gehele nacht zonder problemen verdragen, terwijl een enkeling het mondstuk een deel van de nacht gebruikt. Als dit voor u het geval is, probeert u het mondstuk dan te modelleren door het opnieuw te verwarmen en te komen tot een betere pasvorm.

Een andere mogelijkheid is om de SleepPro te upgraden naar een op maat gemaakte SleepPro custom. Deze is gemaakt met behulp van een afdruck van de tanden in tandheelkundige kit, die zorgt voor een nagenoeg perfecte pasvorm aan uw tanden en vermindert aanzienlijk de kans dat het mondstuk tijdens de slaap uit de mond valt. Bovendien is de aangepaste SleepPro custom ook veel comfortabeler.

Sommige mensen ervaren in het begin dat ze moeite hebben om met een mondstuk te slapen. Het is goed om te weten dat iedereen na verloop van tijd zal wennen aan het mondstuk. Het wordt dan een vast onderdeel van een snurkvrije nacht. Uw partner zal geen last meer ondervinden van uw gesnurk.

Mijn verstandskiezen drukken tegen mijn tandvlees, wanneer ik mijn kaak vooruit breng en dat veroorzaakt pijn of een ongemakkelijk gevoel. Wat kan ik doen om dat te voorkomen?

Als dit gebeurt, dan moet u stoppen met het gebruik van het apparaat en adviseren wij uw tandarts te vragen om advies. Het kan zijn dat uw verstandskiezen, het vooruitbrengen van uw kaak niet mogelijk maakt en er indirect voor zorgt dat het snurken wordt verergerd. U zult de voordelen en de nadelen moeten afwegen en de mogelijkheid kunnen overwegen om de verstandskiezen te laten verwijderen.

Mijn dokter zei ...

Een algemene regel is altijd het advies van uw arts of tandarts op te volgen, aangezien zij het beste kunnen beoordelen wat goed voor u is.

Als u voor uw periodieke controle naar de tandarts gaat, vertel dan dat u een onderkaakvooruitzetspalk gebruikt (MRA).

Problemen oplossen

<i>Probleem</i>	<i>Oorzaak</i>	<i>Oplossing</i>
Het mondstuk zit niet comfortabel	Als u enkele tanden mist of uw tanden hebben onvoldoende grip, dan kunt u extra gel toevoegen. De extra gel is hiervoor in kleine sticks bijgevoegd.	Bevestig de handgreep aan beide laden. Dompel het gedurende 30 seconden in heet water, zodat het oppervlak zachter wordt. Haal het uit het water en voeg wat gel toe op de plaats waar dat nodig is. Leg het mondstuk vervolgens met de extra gel voor één minuut in heet water het herhaal het proces om het passend te maken.
Het werkt helemaal niet	Uw kaak is wellicht niet ver genoeg naar voren geduwd.	Selecteer een paar kortere spanbanden of vorm het mondstuk om totdat het de juiste pasvorm heeft.
Het werkt alleen aan het begin van de nacht of het valt uit gedurende de nacht	Uw kaak glijdt mogelijk weg uit het mondstuk. Dit is een voorkomend probleem met "kook en bijt" mondstukken.	Verwarm het mondstuk opnieuw en maak het opnieuw passend, volgens de instructie. Zorg ervoor dat u het speeksel goed uit het mondstuk zuigt, vooral wanneer u het mondstuk voor het eerst elke nacht gaat gebruiken.
Eerst werkte het, maar nu snurk ik opnieuw	Het mondstuk kan zijn opgerekt.	Gebruik een paar kortere spanbanden of vorm het mondstuk om totdat het de juiste pasvorm heeft.
Mijn kaakspieren doen pijn als ik 's morgens wakker word.	Uw kaak kan te ver naar voren staan	Veel mensen moeten in het begin wennen aan het SleepPro mondstuk. Probeer een paar langere spanbanden, waardoor de onderkaak weer iets terugvalt.

Disclaimer: Het is erg onwaarschijnlijk maar mocht u toch significante problemen ondervinden met het gebruik van een SleepPro onderkaakvooruitzetspalk (MRA) dan accepteert MEDITAS Ltd geen aansprakelijkheid voor de problemen die zijn ontstaan door het gebruik van de SleepPro producten.

Als u enige problemen ondervindt, stop dan onmiddellijk met het gebruik van de spalk en neem contact met ons op.

Alle producten zijn gemaakt en worden verkocht volgens de wettelijke richtlijnen van Engeland en Wales en de wettelijke richtlijnen van het Verenigd Koninkrijk.

Sleeppro producten worden geleverd door:

Royalpharma, Witteweg 4W, 6586AE Plasmolen, Nederland

Tel: +31(0)24-6690547, E-mail: sales@royalpharma.nl - www.royalpharma.nl