

Ihminen keskiössä  
Individen i centrum

Suu- ja hammassairauksien poliklinikka  
Puh. (06) 826 4701 ma-to klo 8-15, pe klo 8-14

## NÄIN KÄYTÄT UNIAPNEAKISKOJA

### Uniapneakiskon tarkoitus

Tarkoitus on saada hengitystiehyet nielussa avautumaan niin, että hengitys pääsee paremmin kulkemaan. Kiskon avulla alaleuka siirretään eteenpäin, kisko pidättelee leukaa tässä asennossa nukkuessa. Kuorsaaminen ja hengityskatkot vähenevät, veren happipitoisuus paranee, hengitys ja unen laatu paranevat.

### Monoblock kisko

Poliklinikalle tulee yhteensä kolme käyntiä.

### Käyttö

Kiskoa käytetään nukkuessa.

### Tilapäisiä hankaluuksia

Kiskon käytössä voi alussa esiintyä tiettyjä hankaluuksia, huolimatta siitä, että se on valmistettu erittäin huolellisesti. Se voi tuntua ensimmäisten vuorokausien aikana suurelta ja kömpelöltä ja aiheuttaa lisääntynyttä syljeneritystä. Samoin alussa voi aiheutua poskeen puremista tai hankaumia. Nämä haitat ovat yleensä ohimeneviä. Jos hankaluudet jatkuvat, kiskoa voidaan korjata jälkitarkastuksen yhteydessä.

Kun kisko otetaan aamulla pois, voi tuntua siltä, kuin purenta ei täsmäisi. Välillä purentalihakset tai leukanivelet voivat väsyä, yleensä tämäkin on ohimenevää.

### Hoito

Käytettäessä kiskoa on noudatettava erittäin tarkkaa suuhygieniää. Ennen kuin kisko pannaan suuhun, hampaat on pestävä huolellisesti. Kisko pestään käytön jälkeen hammasharjalla ja astianpesuaineella. Kun kiskoa ei käytetä, se säilytetään puhtaana rasiassa.

Mikäli purenta selvästi muuttuu tai leukanivelissä esiintyy kipua joka ei mene ohi, on hoito keskeytettävä ja otettava yhteyttä suu- ja hammassairauksien poliklinikalle.

**HUOM!** Ota kisko aina mukaan hammaslääkäriin.

**Jos on epäselvyyksiä tai ongelmia**, ota yhteyttä Suu- ja hammassairauksien poliklinikkaan puh. (06) 826 4701