

# Øvelser

A large, stylized white logo resembling a pair of scissors or a dental instrument, set against a blue background with a wavy, water-like texture. The text "Ulmer Modell" is written in a bold, blue, sans-serif font across the middle of the logo.

## Ulmer Modell



## Mundskærm model Ulmer

Til ortodontisk behandling

Efter Prof. Dr. F.G. Sander, Ulm  
oversat af K.C. Pedersen til dansk



# Ulmer Modell

## Anvendelsesområde

Tungefejl (tungestød, forkert tungeposition),  
læbebidning, læbesugende, svage læbemuskler,  
samt tommelfingersutning og fingerneglebidning  
erhvervede vaner, der fører til uregelmæssigheder i tandstilling,  
ugunstig vækst af kæberne,  
taleproblemer (lesp)  
manglende tyggefunktioner  
vejrtrækning gennem munden

Med mundskærmen kan du bryde vaner så tidligt og så hurtigt som muligt og så den normale balance mellem tungen på den ene side og tryk på læber og kind på den anden side genoprettes, og dermed træne tungepositionen.

- Stop nasal vejrtrækning og, om nødvendigt, uregelmæssigheder i tandstillingen
- gøre denne ortodontiske forbehandling børnevenlig

### Fordele

- Ingen trykpunkter på grund af det elastiske materiale
- Øget komfort
- Øget patientaccept
- God kontrolmulighed, når du laver myofunktionelle øvelser

### plejeanvisninger

Rengøring kan ske med sæbevand op til maks. 100 °C.

Brug venligst ikke aggressive rengøringsmidler

# 1. Øvelse - så tit som muligt



Patient, der øver plop-spillet

## 1. Øvelse

Plop-spillet

Patienten omslutter den vestibulære plade med deres læber og trækker i den med al hans styrke, indtil den springer ud af munden med et højt "plop". På den måde styrkes hele muskulaturen, især læbemusklerne, og tandbuerne formes af det resulterende undertryk.

## 2. Øvelse - så tit som muligt



Søskende øver sig med den orale vestibulære plade

### tovtrækning

Hvis søskende behandles med den orale vestibulære plade, kan øvelserne gøres særligt legende ved tovtrækning. Begge orale vestibulære plader er forbundet med et tyndt reb af ikke-elastic materiale (længde ca. 30 - 40 cm). Børnene puttede mundskærmene i munden, lægger hænderne bag ryggen og startede tovtrækkeri. Taberen er den, hvis mundskærm plover ud af hans mund. På denne måde kan det øves meget effektivt på en legende måde.

### 3. Øvelse - så tit som muligt



Patient med forkert position af tungen



Patient med korrekt position af tungen

#### Øvelse

Foran spejlet øver patienten sig bevidst i at bringe tungespidsen til mundvigen, lukke læberne og derefter synke. Ud over disse bevidste øvelser bør du lave disse øvelser så ofte som muligt i løbet af dagen - når du spiser, drikker, synker osv. Det bedste du kan gøre er at lægge et viskelæder, en nød eller noget lignende på bordet som en påmindelse .

## 4. Øvelse - så ofte som muligt



Patienten omslutter den vestibulære plade med sine læber ved at danne en kyssemund

### Kyssemund

Hvis læbemusklerne er for svage, skal mundskærmen være tæt omsluttet af læberne. Denne øvelse fører samtidig til, at den mundskærmen presses mod tandrækkerne, og det fører igen til en yderligere formning af tandbuerne og genplacering af fortænderne.

## 5. Øvelse – 10 x 2-3 Minutter om dagen!



Patienten sutter intensivt på sin mundskærm

### Sutte på mundskærmen

Bevidst sugning på mundskærmen skaber et undertryk i mundhulen, og trykket fra kindmusklerne får den elastiske mundskærm til at forme sig efter tandbuerne og tandkødet som giver en ideel form. Hvis der ikke er undertryk, holdes kind- og læbemusklerne naturligt væk fra over- og underkæben.

**Aktiv fase:** Negativt pres og muskelaktivitet bringer Tandbuer i ideel form.

**Passiv fase:** Tillader tungen at indtage tilsvarende rum og fører dermed også til en formning af tandbuerne.



K.C.Pedersen  
Helgeshøj Alle 10  
2630 Tåstrup

[www.kcpedersen.dk](http://www.kcpedersen.dk)