

## Gebrauchshinweise

aveoTSD® als Medizinprodukt erfordert eine korrekte Anwendung. Bitte lesen Sie die folgenden Hinweise sorgfältig.

① Spülen Sie das aveoTSD®-Mundstück unter warmem Wasser ab. Die Anbringung auf der Zunge wird dadurch erleichtert. Die Kerbe muss nach unten zeigen.

Auf die Außenseite der Lippen platzieren

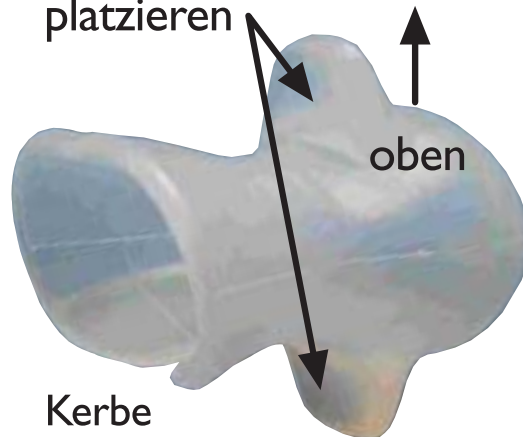
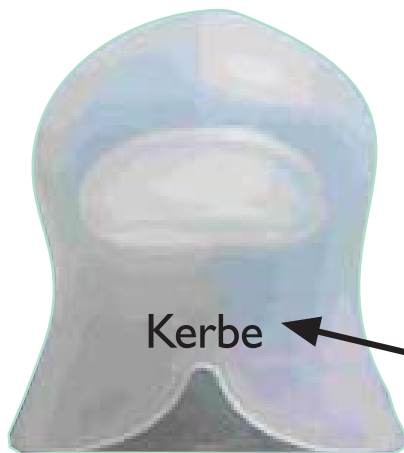


Bild 1



Die Kerbe ist für das Zungenbändchen, das die Zunge am Mundboden festhält.

Achten Sie darauf, dass die Zunge frei beweglich ist.



② Drücken Sie das aveoTSD<sup>®</sup>-Endstück mit Daumen und Ziegefinger zusammen. Setzen Sie das aveoTSD<sup>®</sup>-Mundstück vorsichtig auf Ihre Zunge und lassen das Endstück langsam wieder los. Langsames Loslassen ermöglicht eine bessere Positionierung. Verwenden Sie zur Kontrolle einen Spiegel. aveoTSD<sup>®</sup> kann unterschiedlich positioniert werden.

**A Maximalposition.**

Versuchen Sie das Produkt so weit wie möglich auf Ihrer Zunge zu platzieren. Wenn Sie nach dem Loslassen des Endstücks eine deutliche Saugwirkung spüren, ist die Maximalposition erreicht.



**B Minimalposition.**

Setzen Sie das aveoTSD<sup>®</sup>-Mundstück nur auf die Zungenspitze. Achten Sie auf ausreichend Saugwirkung, damit das Mundstück auf der Zunge hält.

**C Mittlere Position.**

Versuchen Sie zwischen Minimal- und Maximalposition Ihre Optimalposition zu finden. In dieser Position ist der Tragekomfort für Sie am höchsten.



- ③ Das aveoTSD<sup>®</sup>-Mundstück sollte die Zunge mit einer ausreichenden Saugwirkung festhalten. Durch Drücken auf die Seiten des Endstücks können Sie die Saugwirkung verändern. Üben Sie, bis das Mundstück fest und angenehm sitzt.

Finden Sie Ihre eigene Vorgehensweise. Denken Sie daran, das Endstück langsam loszulassen, dadurch erhalten Sie mehr Kontrolle.



- ④ Um sich an das Mundstück zu gewöhnen und um den für Sie optimalen Sitz zu finden, stellen Sie anfangs die Saugwirkung alle zehn Minuten neu ein. Vergewissern Sie sich, dass Sie das Zungenbändchen – das die Zunge mit dem Gaumenboden verbindet – nicht einklemmen.
- ⑤ Das eventuell in der Anfangszeit unangenehme Trageempfinden verschwindet schnell, wenn Sie die für Sie optimale Position gefunden haben und aveoTSD<sup>®</sup> einige Nächte getragen haben.

- ⑥ Nachdem Sie sich durch diese Übungen (Schritt 1 bis 5) mit dem aveoTSD<sup>®</sup>-Anti-Schnarch-Mundstück vertraut gemacht haben, setzen Sie das Mundstück vor dem Zubettgehen in Ihrer persönlichen Optimalposition auf die Zunge.



- ⑦ Um das aveoTSD<sup>®</sup>-Mundstück abzunehmen drücken Sie auf beide Seiten. So reduzieren Sie die Saugwirkung.

Sie können die Saugwirkung auch durch Druck auf die Ober- und Unterseite des Endstücks verringern. Finden Sie Ihre persönliche Vorgehensweise.



- ⑧ Reinigen Sie das aveoTSD<sup>®</sup>-Mundstück nach dem Gebrauch, indem Sie es gründlich unter warmem Wasser abspülen. Bewahren Sie es in der mitgelieferten Dose auf. Reinigen oder lagern Sie das Mundstück nicht in Mundwasser oder einer anderen alkoholhaltigen Flüssigkeit. Alkohol beschädigt das medizinische Silikon (siehe Pflegehinweise auf Seite 14).