

# Läs igenom Instruktionen noga innan du börjar

## Vad som behövs:

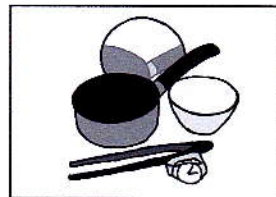
1 Kastrull

1 Decilitermått.

1 Tång eller liknade för att ta upp skenan ur det heta vattnet.

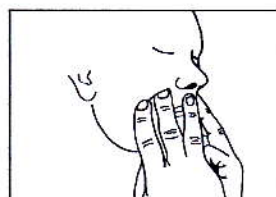
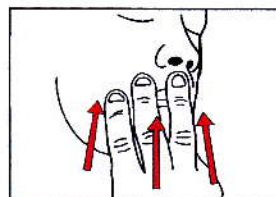
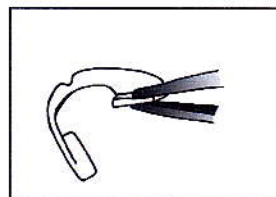
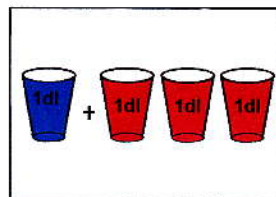
1 klocka.

1 Spegel.



## Gör så här:

1. Koka upp vatten.
2. Mät upp exakt 1dl kallt vatten, häll upp i en skål.
3. Mät upp exakt 3dl kokande vatten och blanda ner i det kalla vattnet.
4. Lägg ner skenan omedelbart i vattenblandningen. Den skall hålla ca 72grader. Om temperaturen är för hög så deformeras skenan och går ej att använda.
5. Låt den ligga i 3 minuter.
6. Ta därefter upp skenan, skaka av den och placera den omedelbart i munnen.
7. Se till att avlastningsskenan ligger tajt utmed tandraden, bit tag i skenan med ett stadigt bitt. Ej för hårt. Placera bygeln under överläppen och skjut upp den ordentligt, genom att trycka upp den med fingrarna från utsidan av överläppen.
8. Placera därefter fingrarna utefter hela avlastningsskenan från utsidan av överläpp och kinder. Håll i. Tryck hårt i 2 minuter.
9. Tag ut avlastningsskenan och skölj den i kallt vatten, nu är den klar att användas.



**Om avlastningsskenan är för lång eller sticker in i munnen för mycket så är det lätt att justera med en vanlig sax.**

**Om passformen inte blir bra vid första försöket så går det att värma upp skenan igen.**

