

Chapter 4 齒顎矯正治療後之應注意事項

4-1 齒顎矯正成果之維護

經歷了辛苦的矯正療程後，上下牙齒咬合就會乖乖待在治療後的位置嗎？該如何維持這得來不易的成果呢？

根據每位病人不同的上下牙齒咬合關係、牙周組織健康、肌肉咀嚼力、異常唇舌習慣、骨骼差異及年齡，對於維持齒列的方式會有不同的需求，齒顎矯正醫師會量身設計適合的維持器及維持計畫。一般來說矯正器拆除後的一年內，除了吃飯刷牙，需全天候配戴維持器，之後可依照醫師指示縮短配戴時間。對於仍有生長潛力的小患者或特殊案例，則建議定期由醫師做專業判斷及特殊考量。



圖一：透明維持器的最大優點是美觀



圖二：傳統維持器較耐用

4-2 維持器的種類及應注意事項

目前常用的維持器分兩種，活動式維持器及固定式維持器。除了基本款式，齒顎矯正醫師會依據病人需求做設計上的變化或局部的加強。

1. 活動式維持器：

可自行配戴及取下，依材質可再區分為兩種。

(1). 傳統式活動維持器

外側為不鏽鋼線，內側為壓克力板。耐用堅固，維持效果良好。異物感

較明顯，稍微影響美觀及發音。

(2). 透明式活動維持器

透明膠片按照齒列形狀熱塑製作。美觀輕便。因為包覆咬合面，上下齒列咬合時會有干擾，使用一段時間會有變色及破裂的問題需更新。



圖三：傳統活動維持器



圖四：透明活動維持器

2. 固定式維持器：

適用於某些復發率較高需長時間24小時維持的情形。

優點是全天候的固定，且沒有遺失的問題，缺點是清潔不容易，若清潔不理想易造成蛀牙或牙周病。鬆脫時不易及時察覺，常會等到牙齒移位後才發現。



圖五：固定式維持器

3. 配戴維持器應注意事項

- (1). 進食和刷牙時請取下維持器，進食後請清潔口腔再戴上。
- (2). 活動式維持器沒有配戴在口中時務必安置於專用的保存盒中，以免變形或遺失。



圖六：維持器取下時務必置於保存盒

- (3). 維持器有食物的味道，會吸引寵物，請勿置於寵物可取得的地方，以免被當作玩具。
- (4). 維持器若遺失破損，需盡快回診取模重新製作，以免牙齒移位。
- (5). 維持器每天請用牙刷清洗乾淨，以減少白色沉積物的產生，切忌使用熱水浸泡以免變形。
- (6). 市面上販售的口腔護具清潔錠可協助移除維持器的白色沉積物，但浸泡過久或過於頻繁就會損壞維持器上的金屬焊接點。若要使用，每天不要超過5分鐘，浸泡後務必清水沖洗乾淨再配戴。
- (7). 每次回診請務必將維持器帶回，以利齒顎矯正醫師檢查及調整。若有填補蛀牙或製作假牙導致維持器不合，需盡速提前回診調整。

4-3 定期追蹤及口腔衛生維護

配戴維持器期間的回診頻率，會由一開始的兩到三個月拉長到半年一次或一年一次。須持續回診的時間長短則會由齒顎矯正醫師視病人齒列位置是否穩定以及是否尚有生長潛力來決定。回診時醫師會檢視並調整維持器，及決定接下來的配戴時間。

應確實按照醫囑配戴維持器，並保持口腔健康，牙周病、蛀牙、新的填補物、新的牙冠牙橋皆有可能影響維持器的貼合度而有重新製作維持器的需要。

4-4 影響齒顎矯正治療結果之因素

1. 矯正器剛拆除的第一年，牙齒周圍的牙周組織及牙齦組織皆尚未適應重建完成，是最容易發生牙齒移位的時期。

2. 一些明顯導致咬合不正的因素也應持續努力戒除，例如：吸手指、口呼吸、舌頭位置不當、發音方式不正確…等，以避免咬合問題再次形成。



圖七：吐舌癖導致前牙開咬

3. 除了齒顎矯正後牙齒位置尚未穩定及不良習慣的影響，牙齒排列還會持續受到咀嚼力，嘴唇、臉頰及舌頭推力…等的影響，終其一生都在改變。為了抵抗這些正常牙齒生理性移動，持續配戴維持器以及回診檢查是最保險的方式。
4. 即使長期配戴維持器只能將齒列維持在矯正完成時的位置，任何骨骼後續發育或偏移，都會導致上下牙齒變化到新的咬合位置，則需要由矯正醫師評估再次矯正治療的必要性。



圖八：戽斗生長(右)改變原本咬合(左)



圖九：歪斜生長(右)改變原本咬合(左)

5. 有些特殊案例在齒顎矯正中或齒顎矯正完成之後發生骨架異常生長或顫顎關節處下顎髁頭異常吸收變形，及其它已知及未知原因之全身性疾

病，亦會影響齒顎矯正成果之永久維持。



圖十：髁頭吸收變形(右)改變原本咬合(左)

齒顎矯正後的改變是不可避免且常見的，想要終生維持在治療完成時的完美狀態是相當辛苦的，需在治療前了解齒顎矯正之後仍需要盡心維持，及牙齒未來的改變是持續且不可預測的，即使終身配戴維持器也無法保證牙齒排列無任何變化，有些棘手的狀況甚至有再次治療的需要。

在完整解釋及衛教後，給予病人或其父母監護人(病患若未滿20歲)齒顎矯正治療結束後注意事項及追蹤檢查同意書(informed consent)(一式兩份)。

臺北榮民總醫院 Taipei Veterans General Hospital 齒顎矯正科病患矯正完成後裝置「維持器」注意事項及追蹤檢查同意書

恭喜您終於拆除您的固定矯正器了！在陪您共度過這段令人難忘的時光後，我們也為您嶄新的齒列感到無比的興奮！但在興奮之餘，還是要提醒您最後一件尚未完成的工作：

當以固定矯正器治療結束後，就進入矯正最後一個階段。“維持期”的目的，主要是讓牙齒固定在新的位置上，直到牙根周圍的骨頭、牙齦、舌頭、嘴唇等組織都適應了牙齒這新位置的改變。如果固定矯正器治療完後沒有經過維持期的維持，牙齒很可能會回復到他們原來的位置上，那麼過去一切治療時辛苦的代價(包括您還有我們)都將白白浪費。所以在此我們一定要慎重的提醒您最後保持戰果的重要性。

一、維持器一般配戴原則：

1. 維持期前六個月，除了吃飯及刷牙可暫時取下外，請一天 24 小時配戴。
2. 六個月後改為在家及晚上睡覺時配戴。
3. 一年後睡覺時配戴即可。
4. 根據醫學報告，人類的牙齒終其一生都在不停的移動，因此維持期的長短目前尚無定論，一般而言，是越久越好。在發育期的青少年，其維持器應至少配戴到生長停止時為止。

二、配戴維持器注意事項：

1. 請勿在配戴維持器時食用任何食物及飲料。
2. 劇烈運動及發音課時可暫時取下維持器。
3. 維持器離開口內後，務必放入專用盒子裡，以免遺失。
4. 刷牙時，別忘了取下維持器用清水及牙刷刷乾淨，切勿浸泡任何清潔劑(錠)。
5. 配戴維持器時，對於講話發音有些影響，特別是捲舌音。習慣維持器後發音可獲得改善，等到只需晚上配戴維持器時，白天說話就無此困擾了。
6. 請您持續每天配戴維持器。如果間隔一段長時間沒有配戴，可能會因牙齒移動而發生無法配戴的情形，那時則需要自費重新再製作一副維持器。

三、維持器遺失或破損時：

1. 如有維持器遺失、局部破損、或是鐵絲變形等情形時，請馬上與我們聯絡。若維持器仍可以修復，我們會盡量幫您修復，但若不能修復或是遺失時，則必須重新製作。
2. 修補及重新製作維持器均需自費，請您務必小心使用及保護您的維持器。

四、追蹤檢查：

1. 維持期時需要定時回來做追蹤檢查。請於 1.3.6 個月時回診。以後則是每隔 6 個月定期回診。
2. 超過兩年後的追蹤檢查需自費負擔檢查費，每次 1000 元整。
3. 如果維持器發生異常鬆動的情形時，請儘快與我們聯絡。
4. 回診追蹤時，我們會替您檢查齒列及維持器，請每次攜帶維持器及健保 IC 卡。

有關完成矯正治療後裝置維持器注意事項，我已確實了解並願意配合並同意接受貴科的定期追蹤檢查。

簽名：

家長簽名：

中華民國 年 月 日