

Tiina Ryyti ja Marjo Stöckell

Opas akryylisten hammaskojeiden käyttäjille

Materiaalilähtöisen hoito-ohjeen laatiminen

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Hammasteknikko AMK

Hammastekniikka

Opinnäytetyö

21.10.2014

Tekijät Otsikko Sivumäärä Aika	Tiina Ryyti, Marjo Stöckell Opas akryylisten hammaskojeiden käyttäjille - Materiaalilähtöisen hoito-ohjeen laatiminen 30 sivua + 5 liitettä 21.10.2014
Tutkinto	Hammasteknikko (AMK)
Koulutusohjelma	Hammastekniikan koulutusohjelma
Suuntautumisvaihtoehto	Hammastekniikka
Ohjaajat	opettaja Heimo Lehtimäki yliopettaja Pekka Paalasmaa
<p>Purentakiskot, erilaiset oikomiskojeet, osa- ja kokoproteesit ovat yksilöllisiä lääkinnällisiä laitteita. Tässä opinnäytetyössä niistä käytettiin nimitystä hammaskoje. Hammaslääkäri ohjaa ja neuvoo niiden käyttämisen, mutta laki velvoittaa laitteen valmistajaa ohjeistamaan puhdistamisen ja säilyttämisen.</p> <p>Suomen Hammasteknikkoseura ry:n toivomuksesta Metropolia Ammattikorkeakoulun hammastekniikan koulutusohjelman opinnäytetyön osana tuotettiin lain asettamat vaatimukset täyttävä, sisällöltään materiaalin ominaisuuksiin perustuva, asianmukainen ja selkokielinen saatekirje ja sitä täydentämään käyttöopas hammaskojeiden käyttäjille sekä heitä hoitaville henkilöille. Lisäksi julkaistavalta ohjeistukselta toivottiin visuaalista yhteneväisyyttä muiden Suomen Hammasteknikkoseuran tuottamien julkaisujen kanssa.</p> <p>Opinnäytetyön tiedonhankintaprosessi suoritettiin käyttämällä eri tietokantoja internetissä ja alan kirjallisuutta lukemalla. Lisäksi käytiin keskusteluita yhteistyökumppanin kanssa ja tutustuttiin sen aikaisemmin tuottamiin julkaisuihin. Hankitun tiedon analysoinnin ja rajaamisen pohjalta koottiin julkaisuihin tuleva sisältö. Julkaistavat ohjeistukset taitettiin Microsoft Publisher 2013-ohjelmalla. Yhteistyökumppanin toivomuksesta julkaisut tallennettiin sekä painettavaa että sähköistä levitystä varten.</p> <p>Opinnäytetyön tuotoksena julkaistiin A6-kokoinen kaksipuolinen saate hammastekniisiä töitä varten ja 12-sivuinen ”Opas akryylisten hammaskojeiden käyttäjille”-niminen nidottava, A5-kokoinen ohjevihkonen. Laaja ohjeistus jaettiin myös tiivistetyiksi hammaskojekohtaisiksi yhdelle A4:lle tulostettaviksi lehtisiksi. Ohjevihkonen ja lehtiset tallennettiin myös selattavina pdf-tiedostoina Suomen hammasteknikkoseuran kotisivuja varten. Oppaan myötä akryylisten hammaskojeiden käyttäjille ja heitä hoitaville henkilöille selkeytyvät myös hammasteknikon ja erikoishammasteknikon roolit suunterveydenhuollon ammattilaisina.</p> <p>Koko opinnäytetyöprosessin ajan käytiin vuoropuhelua toimeksiantajan ja tekijöiden välillä. Julkaisukokonaisuuden valmistuminen yhteistyötahon/toimeksiantajan toivomusten mukaiseksi oli tiiviin vuorovaikutuksen ansiota. Saatuun palautteeseen reagoitiin välittömästi. Tuotosten raamien tarkka määrittäminen yhdessä jo prosessin alussa auttaa vastaavanlaisessa projektissa kohdentamaan resurssit oikein.</p>	
Avainsanat	akryyli, hammasteknikkoseura, hoito-ohje, oppaan laatiminen

Authors Title Number of Pages Date	Tiina Ryyti, Marjo Stöckell A Guide to Users of Acrylic Dental Appliances- Compiling Care Instructions Based on Material Characteristics 30 pages + 5 appendices Autumn 2014
Degree	Bachelor of Health Care
Degree Programme	Dental Technology
Specialisation option	Dental Technology
Instructors	Heimo Lehtimäki, Lecturer Pekka Paalasmaa, Principal Lecturer
<p>The purpose of this thesis was to produce a set of easy-to-read guides for persons who use acrylic dental appliances such as bite splints, removable dental prostheses and removable orthodontic devices. Generally a dentist guides and gives advice on cleansing and maintenance of these appliances, but the law obliges the manufacturer to deliver this information with each medical appliance. This was the reason why the Finnish Dental Technologist Association - Suomen Hammasteknikkoseura ry (SHts) asked Helsinki Metropolia University of Applied Sciences to produce a guide to fill this demand.</p> <p>We gathered information from literature and studies of dental acrylic materials and we studied examples of former care instructions and had conversations with the chairman of the SHts. Furthermore we studied the Finnish Law and the European Union Directive about medical appliances. We used all of this information as basis for the contents of our instructions which we edited with Microsoft Publisher 2013 and published both as print and internet versions.</p> <p>As a product of this thesis we have published a set of guides which is made up of five pieces: an accompanying letter to be sent with each dental appliance and four booklets including more detailed instructions. The layout of the booklets was designed according to the graphical directions of the SHts.</p> <p>We would like to point out that in this type project it is essential for the desired result that there is close interaction between the ordering party and the supplier. The common objective has to be clear throughout the whole project. Getting feedback and responding to feedback is crucial.</p>	
Keywords	acrylic, care instructions, compiling a guide, Finnish Dental Technologist Association

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Työelämän yhteistyökumppani	3
3	Nykyinen ohjeistus	4
4	Ohjeistuksen sisältöön vaikuttavat tekijät	6
4.1	Minkälaisia hammaskojeita ohjeistus koskee?	6
4.1.1	Oikomiskojeet	6
4.1.2	Purentakiskot	7
4.1.3	Koko- ja osaproteesit	7
4.2	Viranomaisten vaatimukset	8
4.3	Valmistusmateriaalin huomioon otettavat ominaisuudet	10
4.4	Hyvän hoito-oppaan kriteerit	12
5	Ohjeistuksen ulkonäköön vaikuttavat tekijät	13
5.1	Potilasohjeen typografia ja värit	13
5.2	Kieli ja kuvat	14
6	Ohjeistuksen toteuttaminen	16
6.1	Ohjeistuksen suunnittelu ja tilaajan vaatimukset	16
6.2	Julkaisumateriaaleihin perehtyminen	17
6.3	Ohjeeseen tulevan materiaalin valinta	17
6.4	Ohjeistuksen tekoprosessi	18
7	Julkaisujen esittely	20
8	Pohdinta	25
	Lähteet	28
	Liitteet	
	Liite 1. Laboratoriosaate	
	Liite 2. Laaja ohjeistus	
	Liite 3. Ohjelehtinen oikomiskojeille	
	Liite 4. Ohjelehtinen proteeseille	
	Liite 5. Ohjelehtinen purentakiskoille	

1 Johdanto

Purentakiskot, erilaiset oikomiskojeet, osa- ja kokoproteesit ovat yksilöllisiä lääkinällisiä laitteita. Tässä opinnäytetyössä niistä käytetään nimitystä hammaskoje. Ne valmistetaan käsityönä hammaslaboratoriossa hammaslääkärin määräyksestä. Hammaslääkäri ohjaa ja neuvoo niiden käyttämisen, mutta laki velvoittaa laitteen valmistajaa ohjeistamaan puhdistamisen ja säilyttämisen. Suomen Hammasteknikkoseura ry:n toivomuksesta Metropolia Ammattikorkeakoulun hammastekniikan koulutusohjelman opinnäytetyön osana tuotettiin vaatimukset täyttävä suomenkielinen ohjeistus hammaskojeiden käyttäjille ja heitä hoitaville henkilöille.

Tällä hetkellä hammaskojeiden puhdistus- ja hoito-ohjeet tulevat hajanaisista lähteistä ja ovat puutteellisia. Ne sisältävät usein harhaanjohtavia ja jopa hammaskojeen materiaalia vahingoittavia neuvoja. Usein ohjeet eivät saavuta hammaskojeiden käyttäjää tai häntä hoitavia henkilöitä. Internet ja sosiaalinen media tarjoavat tietoa etsiville epäluotettavia neuvoja puuttuvan ohjeistuksen tilalle.

Tässä opinnäytetyössä ei tuoteta uutta tietoa, vaan kootaan olemassa olevasta tiedosta yhteistyötahon toiveita ja kohderyhmän tarpeita vastaava ohjeistuskokonaisuus. Opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa yhteistyössä Suomen Hammasteknikkoseura ry:n kanssa lain asettamat vaatimukset täyttävä, sisällöltään asianmukainen ja selkokielineen käyttöopas ja saatekirje. Yhteistyökumppanin toiveesta sisällön lähtökohtana ohjeistuksessa pidettiin hammaskojeiden materiaalia, akryyilia. Koska yhteistyökumppani toivoi kaikki irrotettavat akryyliset hammastekniset laitteet kattavan yhden ohjeistuskokonaisuuden, päätettiin ohjeistuksessa käyttää termiä ”hammaskoje” kuvaamaan kaikkia irrotettavia hammasteknisiä laitteita. Suomen lain mukaan ohjeistus tulee olla saatavilla myös ruotsiksi (ks. luku 4.2). Ohjeistuksen kääntämisestä ruotsiksi vastaa Suomen Hammasteknikkoseura ry.

Julkaistavia ohjeita on viisi, joista kaksi on yhteistyökumppanin toivomia ja kolme on opinnäytetyön tuotoksen pohjalta syntyneitä kehitysehdotuksia. Ensimmäinen yhteistyökumppanin tilaama tuotos on A6-kokoinen, kaksipuolinen saate, joka toimitetaan valmiin hammasteknisen laitteen mukana sen käyttäjälle. Sen etusivulla ovat lain vaatimat tiedot laitteen tyylistä, valmistajasta ja tilaajasta sekä tieto siitä, kenelle

laite on tehty. Kääntöpuolella ovat lyhyet ohjeet säilytyksestä ja puhdistamisesta. Toinen, laajempi ohjeistus täydentää saatteen ohjeita ja antaa lisää neuvoja akryylisen hammaskojeen käyttäjälle ja häntä hoitaville henkilöille. Laajempi ohjeistus suunniteltiin Internet-sivulta selattavaksi tai ladattavaksi pdf-tiedostoksi, joka voidaan myös tulostaa ja nitoa A5-kokoiseksi vihoksi. Laajemman ohjeistuksen pohjalta tehtiin vielä kolme A5-kokoista laitekohtaista ohjelehtistä.

2 Työelämän yhteistyökumppani

Opinnäytetyön yhteistyökumppani on Suomen Hammasteknikkoseura ry. Se aloitti toimintansa vuonna 1925. Seuran tarkoituksena on edistää hammastekniikan kehitystä Suomessa ja toimia hammasteknisen alan henkilöiden valistus-, koulutus- ja virkistysjärjestö. Seuran säännöissä mainitaan yhdeksi sen tavoitteista, muiden ohella, hammastekniikkaan liittyvä julkaisu- ja tiedotustoiminta. Hammasteknikko.fi -nettisivu tarjoaa tietoa ja uutisia hammasteknisellä alalla toimiville henkilöille ja muille alasta kiinnostuneille. Seura julkaisee myös Hammasteknikko-lehteä. Tämän opinnäytetyön tuotoksena tehtävät hoito-ohjeet ovat osa tätä valistus- ja julkaisutoimintaa. (Suomen hammasteknikkoseura ry. n.d.)

Hammasteknikkoseuran puheenjohtaja Ilkka Tuominen vastasi toimeksiannosta ja toimi yhteyshenkilönä opinnäytetyön tekijöiden ja seuran välillä. Yhteistyökumppanin rooli tässä opinnäytetyössä oli toimia tukena julkaistavan ohjeistuksen sisällön ja ulkoasun suunnittelussa. Hammasteknikkoseura vastaa lopullisten ohjeiden julkaisusta ja levittämisestä tarkoituksenmukaiseksi katsomallaan tavalla.

3 Nykyinen ohjeistus

Tässä luvussa esitellään tällä hetkellä olemassa olevia akryylisten hammaskojeiden suomenkielisiä hoito-ohjeita. Alla olevat ohjeet ovat sellaisia, jotka tulevat ensimmäisten joukossa esiin, jos etsii tietoa hammaskojeiden hoidosta internetistä. Useissa muissa löytyneissä hoito-ohjeissa viitattiin näihin ohjeisiin ja osa oli suoria lainauksia näistä. Internetissä ei ollut hammasteknikoiden tekemiä kattavia hoito-ohjeita irrotettaville akryylisille hammaskojeille. Poikkeuksena oli Erikoishammasteknikkoliiton ohje proteesien hoitoon.

Suuri osa ohjeista oli vanhoja ja ristiriitaista tietoa sisältäviä. Osassa ohjeissa neuvottiin käyttämään puhdistukseen akryylille haitallisia aineita kuten esimerkiksi leivin jauhe, vetyperoksidi, kloriitti tai etikka. Säilytysohjeissa oli huomattavia eroja eri lähteiden välillä. Toisten ohjeiden mukaan hammaskoje tulee säilyttää kuivassa ja toisissa taas vesilasissa.

Proteesin hoito-ohje Hammaslääkäriliitto

Proteesin pitäminen poissa osan aikaa on erityisen tarpeellista ikääntyville, joilla syljen erityis on eri syistä vähentynyt. Pienet sylkirauhaset tuottavat proteesin alla olevalle limakalvolle voitelevaa ja suojelevaa sylkeä. Proteesitormatiitti alkaa pienten sylkirauhasten kohdalta, kun tiehyet tukkeutuvat. Puhdistamalla proteesit hyvin illalla ja säilyttäminen yön ajan kuivana voidaan useimmat proteesien käyttöön liittyvät suutulehdukset ehkäistä (Ainamo – Eerikäinen – Lahtinen – Paavola 2003: 270–275.)

Päivittäisen puhdistuksen voi tehdä proteesiharjalla tai hammasharjalla. Apuna voi käyttää astianpesuainetta, nestemäistä saippuaa tai proteesinpuhdistusainetta. Hankaavat aineet kuten hammastahna voivat vähentää proteesimuovin kiiltoa, jolloin proteesiin tarttuu helpommin lika ja väri. Ruokailun jälkeen proteesit on hyvä ottaa pois suusta ja huuhtoa. (Ainamo ym. 2003: 270–275.)

Hammasproteesia ei saa keittää, eikä kuumentaa mikrossa. Myös liuottimet, kuten asetoni, voivat vahingoittaa proteesin pintaa. Etikka saattaa syövyttää vanhojen proteesin metalliosia. Uusissa proteeseissa käytetään korroosiota kestäviä materiaaleja. (Ainamo ym. 2003: 270–275.)

Huokoinen akryyli on hyvä alusta sienikasvustolle. Pieniin huokosiin kolonisoituneita sieniä ei saa pois harjaamalla ja sienilääkkeistä saa vain lyhytaikaista apua. Proteesin uusiminen on tällöin tarpeen. Sienet tarttuvat kuitenkin nopeasti myös uuteen proteesin, jos sienitulehdusta ei ensin hoideta. (Ainamo ym. 2003: 270–275.)

Purentakiskon hoito-ohje hammaslääkäriliitto

Pesu hammasharjalla ja akryylin puhdistukseen tarkoitettulla erikoistahnalla tai hammastahnalla aamulla heti suusta poistamisen jälkeen, sekä uudestaan illalla ennen kiskon suuhun laittamista. Kun kisko ei ole suussa, säilytetään se vesilasissa tai kostean paperin kanssa säilytys rasiassa. Jos kisko on pitkään pois käytöstä, voidaan se säilyttää kuivana. Tällöin se täytyy kuitenkin ennen uudelleen käyttöön ottoa sovittaa purentaan hammaslääkärissä. (Kuttila – Le Bell 2007: 636 –641.)

Purentakiskon hoito-ohje Qmedical

Huuhtelee kisko iltaisin vedellä ennen suuhun laittamista.
Laita kisko suuhun hampaiden pesun jälkeen.
Harjaa kisko aamuisin huolellisesti proteesiharjalla ja huuhtelee vedellä ennen kuin laitat sen takaisin koteloonsa.
Pidä kisko kotelossaan muutamalla vesipisaralla kostutettuna. Ilma saa kiertää kotelossa, mikä on paras tapa pitää kisko hygieenisenä.
Pese kisko ja sen säilytyskotelo laimealla astianpesuaineella kerran viikossa. (qmedical n.d.)

Purentakiskon hoito-ohje Tervolan terveystakeskus

Huolehdi hyvin suuhygieniasta. Pese hampaat huolellisesti aina ennen kiskon laittamista suuhun.
Purentakisko pestään astianpesuaineella ja harjalla. Desinfioi kisko 2-4 kertaa kuukaudessa esim. Corega tabs parts ® poreliuoksella.
Purentakisko säilytetään puhtaana ja kosteana kannellisessa rasiassa. Rasian voi ajoittain pestä astianpesukoneessa.
Jos purentakisko on pidempään pois käytöstä, voi kiskon säilyttää puhtaana ja kuivana.
Kuivuminen voi aiheuttaa kiskon muodon muuttumista niin, ettei se enää mene paikoilleen. Pitkä liotus vedessä yleensä auttaa. (Tervolan terveystakeskus n.d.)

4 Ohjeistuksen sisältöön vaikuttavat tekijät

Akryylistä valmistettuja irrotettavia hammaskojeita valmistetaan hyvin erilaisiin käyttötarkoituksiin. Ohjeistuksen kannalta niiden oleellimmat yhdistävät ominaisuudet ovat valmistusmateriaali ja se, että käyttäjä tai häntä hoitava henkilö voi poistaa ne suusta ja vastaa niiden puhdistamisesta ja säilyttämisestä. Tässä luvussa käydään läpi erilaisten irrotettavien akryylisten hammaskojeiden tyyppejä ja niiden käyttöaika, valmistusmateriaalin ominaisuuksia sekä ohjeistuksen sisältöön vaikuttavaa lainsäädäntöä ja hyvän hoito-ohjeistuksen kriteerejä.

4.1 Minkälaisia hammaskojeita ohjeistus koskee?

4.1.1 Oikomiskojeet

Irrotettavat oikomiskojeet voi karkeasti jakaa funktionaalisiin kojeisiin ja passiivisiin levyihin. Funktionaalisisissa kojeissa ei ole aktiivisia hampaita siirtäviä osia vaan niiden tarkoitus on ohjata leukojen kasvua säätelemällä lihasten ja pehmeiden kudosten vaikutusta kehittyvään puretaan. Funktionaaliset kojeet ovat joko hammaskantoisia, kuten erilaiset aktivaattorit, tai limakalvokantoisia, kuten ns. Fränkelin kojeet. (Virolainen – Kleemola-Kujala 2007.)

Passiivisia levyjä ovat korotuslevyt, retentiolevyt ja aukonsäilyttäjät. Korotuslevyn tarkoitus on, joko valikoivasti vaikuttaa hampaiden puhkeamiseen tai pelkästään erottaa ylä- ja alahampaat toisistaan hoidon ajaksi. Kiinteillä kojeilla tehdyn hoidon jälkeen hoitotuloksen säilyttämiseksi käytetään retentiolevyä. Sitä käytetään tavallisesti yläleuassa, alaleuassa harvemmin. Tavallisimmin käytetty yläleuan retentiokoje on akryylilevy, jossa on kiinnitykseen tarvittavat pinteet ja labiaalikaari. Aukonsäilyttäjä on passiivinen levy, jolla estetään, etteivät viereiset hampaat täytä liian varhain irronneen maitohampaan jättämää tilaa. Nuorilla henkilöillä aukonsäilyttäjään voidaan liittää proteesihammas pysyvän etuhampaan menettämisen jälkeen. Silloin se on kuin väliaikainen osaproteesi. (Virolainen – Kleemola-Kujala 2008.)

Oikomiskojeiden käyttöikä vaihtelee käyttötarkoituksen mukaan. Joitakin niistä käytetään vain lyhyen hoitojakson ajan, kunnes haluttu vaikutus on saatu aikaan

kyseessä olevalla kojeella. Joidenkin oikomiskojeiden, kuten esimerkiksi retentiolevyjen, kohdalla käyttöaika voi olla pitkäkin. Joitakin oikomiskojeita pidetään suussa lähes jatkuvasti kuten esimerkiksi Fränkelin kojeita, jotka otetaan suusta vain syödessä. (Virolainen – Kleemola-Kujala 2007.) Toisia oikomiskojeita käytetään vain lyhyitä jaksoja vuorokaudessa, esimerkiksi nukkuessa. Koska oikomiskojeiden käyttäjät ovat yleensä nuoria ja lapsia, on vastuu niiden puhdistamisesta ja säilyttämisestä myös heidän vanhemmillaan. Käyttäjän nuori ikä lisää huolimattomuudesta johtuvan rikkoutumisen riskiä.

4.1.2 Purentakiskot

Purentakiskoja käytetään purentaelimen dysfunktio-oireiden hoitoon. Ne ovat puremalihaksiin, leukaniveliin ja niitä ympäröiviin kudoksiin liittyviä toimintahäiriöitä (Pietilä – Raustia – Sipilä 2005: 90–96.) Kansankielellä puhutaan tavallisesti hampaiden narskuttelusta ja yhteen puremisesta ja siitä johtuvista kipu- ja särkytiloista.

Kiskoja on erilaisia ja niiden käyttöikä vaihtelee ja käyttäminen voi olla kausittaista. Kaikki kiskotyypit muuttavat ylä- ja alaleuan hampaiden kosketussuhteita. Kiskot voidaan jakaa toimintaperiaatteensa mukaan ei-ohjaaviin ja ohjaaviin kiskoihin, jolloin tarkoitetaan sulkemisliikkeen ohjaamista. Edellisten tarkoitus on antaa alaleualle purennasta riippumaton liikevapaus ja jälkimmäisten rajoittaa tarkoituksellisesti alaleuan liikkeitä pakottamalla se pois vahingolliseksi arvioidulta liikealueelta. Dysfunktio-oireiden hoidon ja diagnoosia varmentavan hoidon lisäksi kiskoja käytetään suojaamaan hampaita kulumiselta ja murtumiselta. Kisko suojaa vaurioilta myös kruunuja ja siltoja ja joissakin tapauksissa limakalvoja. (Kirveskari 2008.) Purentakiskot valmistetaan yleensä kirkaasta keitto- tai kylmäakryylistä. Kisko kiinnittyy hampaisiin rakenteellaan tai siinä voidaan käyttää metallisia kiinnityspinteitä. Kiskoja käytetään tavallisesti öisin, mutta joissakin tapauksissa päivisin. Kiskoja käyttävät pääasiassa aikuiset, joten vastuu puhdistamisesta ja säilytyksestä on käyttäjällä itsellään.

4.1.3 Koko- ja osaproteesit

Proteesia käytetään vajaassa hampaistossa puuttuvien hampaiden korvaamiseen. Osa- ja kokoproteesit valmistetaan pohjalevypolymeeristä ja tehdasvalmisteisista yleensä

muovi- tai harvemmin käytetyistä posliinihampaista. Osaproteeseihin liitetään yleensä metalliset kiinnityskoukut, pinteet, joilla proteesi kiinnittyy hampaistoon.

Kokoproteesi korvaa koko hampaiston, joko ylä- tai alaleuassa. Kokoprotetiikalla tarkoitetaan koko luonnonhampaiston ja menetettyjen hampaita ympäröivien kudosten korvaamista keinotekoisilla irtoproteeseilla (Hujanen 2007).

Akryylinen osaproteesi on tarkoitettu lähinnä tilapäiseen käyttöön kokoproteesiin siirryttäessä tai totuteltaessa uuteen puretaan ennen lopullista proteettista hoitoa. Akryyliosaproteesien hampaiden tukikudoksille aiheuttamat haittavaikutukset ovat hyvin tunnetut. Osaproteesit ovat edullisen hintansa vuoksi yleisiä myös pitkäaikaisena hoitoratkaisuna, koska monille vanhuspotilaille akryyliosaproteesi on ainoa taloudellisesti mahdollinen proteettinen vaihtoehto. (Ainamo – Närhi 2007.)

Akryylisten proteesien käyttäjät ovat aikuisia ja vanhuksia. Kokoproteesin käyttökä voi olla hyvinkin pitkä mikäli sen huollosta ja puhdistamisesta huolehditaan hyvin. Laitoshoidossa olevien tai omaisten hoidosta riippuvien henkilöiden proteesien puhdistamisesta vastaavat heitä hoitavat henkilöt.

4.2 Viranomaisten vaatimukset

Hammastekniset tuotteet, mukaan lukien akryylistä valmistetut irrotettavat hammaskojeet, kuuluvat kansallisen lain lääkinnällisistä laitteista ja EU-direktiivi 31993L0042:n alaisuuteen. Niiden tehtävä on säädellä valmistamisoikeutta ja vastuita lääkinnällisten laitteiden valmistamisessa, markkinoille saattamisessa ja käyttöönottamisessa. EU-direktiivien tarkoituksena on ohjata ja yhdenmukaistaa toimintatapoja ja esimerkiksi tuoteturvallisuutta Euroopan Unionin jäsenvaltioissa. Jokainen jäsenvaltio pyrkii sovittamaan kansallisen lainsäädäntönsä direktiivejä mukailevaksi, silti omat kansalliset olosuhteet ja tarpeet huomioon ottaen. (Euroopan komissio 2012.)

Koska lääkinnällisiksi laitteiksi luokiteltavien tuotteiden kirjo on hyvin laaja ja monialainen, on EU-direktiiviin ja lakiin kirjattu määritelmät ja tuoteluokitukset, jotta vaatimukset olisivat tarkoituksenmukaisia kullekin laitteelle tai tuotteelle. Direktiivi 31993L0042 ja Suomen laki terveydenhuollon laitteista ja tarvikkeista määrittävät

lääkinnälliseksi laitteiksi kaikki instrumentit, laitteistot, välineet, materiaalit tai muut tarvikkeet, joita käytetään joko yksinään tai yhdistelminä, sekä niiden asianmukaiseen toimintaan tarvittavat ohjelmistot, joita valmistaja on tarkoittanut käytettäväksi ihmisten:

- a) sairauden diagnosointiin, ehkäisyyn, tarkkailuun, hoitoon tai lievitykseen,
- b) vamman tai vajavuuden diagnosointiin, tarkkailuun, hoitoon, lievitykseen tai kompensointiin,
- c) anatomian tai fysiologisen toiminnon tutkimiseen, korvaamiseen tai muunteluun,
- d) hedelmöitymisen säätelyyn.

Lääkinnälliset laitteet on ryhmitelty neljään tuoteluokkaan. Hammastekniset tuotteet kuuluvat tuoteluokkaan I. Luokitussäännöt perustuvat ihmisruumiin haavoittuvuuteen, ottaen huomioon laitteiden teknologisesta suunnittelusta ja valmistuksesta aiheutuvat mahdolliset riskit. (direktiivin liite IX ja kansallisen lain 1.luku § 7) Luokitteluperusteiden ja määritelmien mukaan tämän opinnäytetyön käsittelemät hammaskojeet ovat

yksilölliseen käyttöön valmistettuja, ei- invasiivisia, aktiivisia terapeuttisia laitteita, joita käytetään yksin tai yhdessä muiden lääkinällisten laitteiden kanssa ylläpitämään, muuttamaan, korvaamaan tai korjaamaan biologisia toimintoja tai rakenteita sairauden, vamman tai haitan hoitamiseksi tai lievittämiseksi.
(Neuvoston direktiivi 93/42/ETY)

Hammasteknisten tuotteiden osalta ero direktiiviin on se, ettei Suomen kansallinen laki ei vaadi yksilölliseen käyttöön valmistetuilta, I-tuoteluokkaan kuuluvilta lääkinällisiltä laitteilta CE-merkintää tai vaatimuksenmukaisuusvakuutusta (Laki terveydenhuollon laitteista ja tarvikkeista 629/2010 § 12). Kun kansallista lakia muutettiin direktiiviä vastaavaksi, Hallituksen esityksessä otettiin huomioon hammastekniset tuotteet seuraavasti:

Yksilölliseen käyttöön valmistetulla laitteella tarkoitetaan yksittäiselle nimetylle potilaalle lääketieteellisen asiantuntijan kirjallisen määräyksen mukaisesti valmistettua laitetta. Tällaisia laitteita voivat olla esimerkiksi hammasproteesit ja muut hammastekniset työt sekä tietyt optiset laitteet, kuulokojeet, palovammatuotteet ja muut tekniset apuvälineet. Määräyksessä annetaan asiantuntijan vastuulla laitteen yksityiskohtaiset suunnitteluohjeet. Yksilölliseen käyttöön valmistettuna laitteena ei kuitenkaan pidetä jatkuvalla tai sarjatuotantomenetelmällä valmistettua laitetta, jota on muunnettava lääkärin tai muun ammattimaisen käyttäjän erityistarpeita varten. Näihin laitteisiin ei kiinnitetä CE-merkintää. (HE 46/2010 vp, Hallituksen esitys Eduskunnalle laiksi terveydenhuollon laitteista ja tarvikkeista)

Tämänhetkinen laki vaatii akryylisten hammaskojeen valmistajaa toimittamaan käyttäjälle seuraavat tiedot:

- 1) valmistajan nimi tai toiminimi ja osoite.
- 2) käyttäjälle ehdottoman välttämättömät tiedot laitteen ja pakkauksen sisällön tunnistamiseksi
- 3) tarvittaessa maininta "STERIILI" ja mahdollinen sterilointimenetelmä
- 4) jos kyseessä on yksilölliseen käyttöön valmistettu laite, maininta "yksilölliseen käyttöön valmistettu laite"
- 5) varastointia ja/tai käsittelyä koskevat erityisolosuhteet
- 6) käyttöä koskevat erityisohjeet.

Yksilölliseen käyttöön valmistettujen laitteiden käyttöohjeiden ja merkintöjen on oltava suomeksi ja ruotsiksi. (Laki terveydenhuollon laitteista ja tarvikkeista 629/2010 § 12.)

4.3 Valmistusmateriaalin huomioon otettavat ominaisuudet

Osa- ja kokoproteesien, oikomiskojeiden ja purentakiskojen valmistamiseen ja korjaamiseen käytetään pääasiassa niin kutsuttua pohjalevypolymeeriä. Proteesien valmistuksessa tätä polymeeriä on käytetty jo 1940-luvulta lähtien ja sen koostumus on pysynyt suurin piirtein samana vuosikymmenten ajan. Pohjalevypolymeerin tärkeimmät komponentit ovat polymetyylimetakrylaatti (PMMA) -jauhe ja metyylimetakrylaatti (MMA) -monomeerineste. (Hautaniemi – Vallittu 2003.) Tavallisesti tätä polymeeriä kutsutaan akryyliksi, vaikka oikeammin pitäisi puhua akrylaatista. Selkeyden vuoksi tässä opinnäytetyössä ja ohjeistuksessa siitä käytetään nimitystä akryyli.

Tavallisimmin käytettyjä akryylejä kutsutaan niiden kovettumismenetelmien mukaan keittoakryyliksi ja kylmä- eli korjausakryyliksi. Niiden lisäksi markkinoilta löytyvät Suomessa vähemmän käytetyt mikroaalloilla ja valon avulla kovettuvat akryylit.

Hoito-ohjeistuksen pitää ottaa huomioon akryylin eri ominaisuudet: pinnan huokoisuus, vedenimemiskyky ja liuottimien sietokyky. Nämä kaikki edellä mainitut ominaisuudet liittyvät myös hammaskojeiden hygieenisyyteen ja siihen, mitkä aineet ja menetelmät sopivat puhdistamiseen ja säilyttämiseen. Akryylisiä hammaskojeita on käsiteltävä ja

säilytettävä oikein, jotta materiaalin bioyhteensopivuuteen vaikuttavat ominaisuudet säilyisivät mahdollisimman hyvin.

Valmistajan ohjeiden mukaan valmistettu ja huolellisesti kiillotettu akryyli ei ole huokoinen (Anusavice 1996: 256). Jos valmista hammaskojetta puhdistetaan sopimattomalla menetelmällä, sen pintaan syntyy huokosia joihin mikrobit ja mikro-organismit pystyvät kiinnittymään. Mikäli hammaskojetta ei puhdisteta riittävästi, kertyy sen pintaan likaa, bakteeriplakkia ja hammaskiveä jotka toimivat huokoisena kiinnityspintana haitallisille mikrobeille.

Akryylin pintaan kiinnittymiskykyisiä mikro-organismeja ovat *Candida albicans* -sienen lisäksi myös *Streptococcus oralis*, *Bacteroides gingivalis*, *B. Intermedius* ja *S. Sanguis*. Vastaavasti myös edellä mainittujen mikrobien eliminoimiseen käytettävä Clorhexidiini glugonaatti kiinnittyy ja säilyy akryylin pinnassa vähintään kahden viikon ajan. (Craig 1997: 514.)

Puhdistusaineen valinnassa on otettava huomioon akryylin kyky sietää kemikaaleja. Akryyli sietää erinomaisesti emäksisiä vesiliuoksia, mutta heikosti happamia liuoksia. Akryyli on liukoinen aromaattisissa hiilivedyissä (esimerkiksi tolueni), estereissä ja ketoneissa, joita jotkin desinfiointiaineet sisältävät. Alkoholit aiheuttavat akryylin pintaan mikroropeilyä. Akryylit sisältävät etanolia pehmittävänä lisäaineena, joka myös madaltaa kovettumislämpötilaa. Tästä syystä hammaskojeita ei tulisi puhdistaa tai säilyttää alkoholipitoisessa liuoksessa. (Craig 1997: 513.)

Vedensitomiskykynsä vuoksi akryyli turpoaa kastuessaan ja kutistuu kuivuessaan. Nämä kappaletilavuuteen vaikuttavat muutokset eivät ole pysyviä ja siksi hammaskojeet voivat kuivua ja kostua lukuisia kertoja. Valmiiden hammaskojeiden kuivumista suositellaan usein kuitenkin välttämään varmuuden vuoksi, ettei niihin tulisi pysyviä vääntymiä. (Craig 1997: 513.) Mahdollisten kuivumisesta syntyneiden vääntymien katsotaan kuitenkin olevan hammaskojeen käyttämisen kannalta merkityksettömiä. (Anusavice 1996: 258).

Vedensitoutuminen tapahtuu pääasiassa diffuusiona, myös polymetyylimetakrylaatin pooliset molekyylit edesauttavat veden sitoutumista. Akryyli sitoo vettä noin 0,69 mg/cm² 37 celsius asteen lämpötilassa, jolloin diffuusiokerroin on kaksi kertaa suurempi kuin

huoneenlämmössä. Edellä mainittujen lisäksi vedensitomiskykyyn vaikuttavat akryylin sisältämät lisäaineet. Jotka voivat vaihdella eri valmistajien ja akryylityyppien mukaan. (Anusavice 1996: 257–258.)

4.4 Hyvän hoito-oppaan kriteerit

Hyvällä terveystavoitteella tulee olla konkreettinen terveystavoite. Aineistolle asetettava terveystavoite ohjaa sisällön muodostumista ja tarkentaa sitä. Kun tavoite on selkeä, on sisältöä helpompi suunnitella. Tällöin laajaankin aihealueeseen tulee ryhtiä ja sisältö voidaan rajata tavoitteen näkökulmasta: kaikkea ei tarvitse eikä kannata sanoa yhdessä esitteessä. (Koskinen-Ollonqvist – Parkkunen – Vertio 2001: 11–12.)

Terveystavoitteen sisältämien tietojen tulee olla virheetöntä, objektiivista ja ajan tasalla olevaa. Vastaanottajan kokemukseen tiedon oikeellisuudesta vaikuttaa se, että aineiston sisällöntuottajien nimet ja koulutus tai kokemus tuodaan esille. (Koskinen-Ollonqvist ym. 2001: 12.)

Kirjallisen materiaalin luettavuuden tason tulisi vastata kohderyhmän keskimääräistä lukutaitoa. Monimutkaisten lauserakenteiden ja vaikeiden käsitteiden käyttö heikentää luettavuutta. (Koskinen-Ollonqvist ym. 2001: 13.) Ohjeistuksessa pyrittiin käyttämään selkokieltä ja helposti ymmärrettäviä termejä, kuitenkin vältettiin liian banaaleja ilmaisuja kuten esimerkiksi tekarit, tekohampaat tai oikkarit. Lauserakenteisiin ja kappalejakoon kiinnitettiin erityistä huomiota.

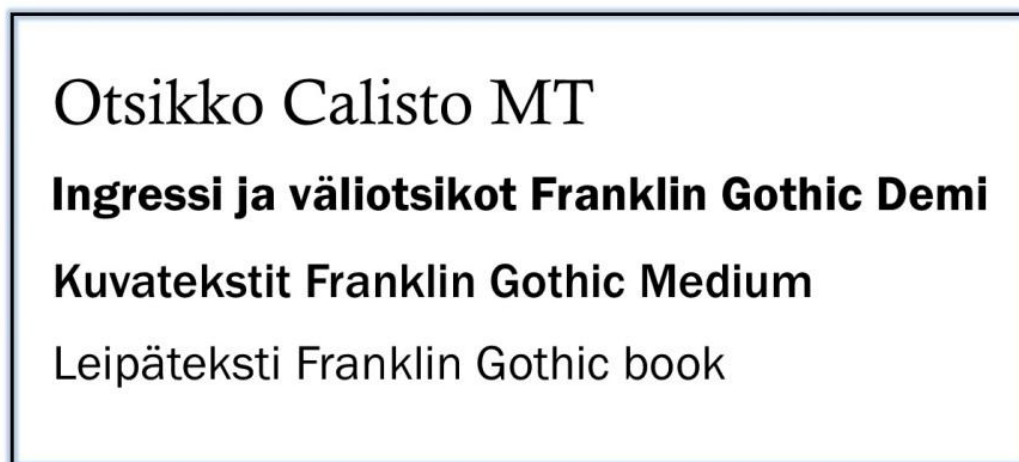
Kuvituksen tärkeä tehtävä on havainnollistaa käsiteltävää aihetta. Havainnollistamisen lisäksi kuvitus vaikuttaa myös aineiston yleiseen kiinnostavuuteen. Kuvitus lisää mielenkiintoa ja toisaalta sillä on tärkeä merkitys asian ymmärtämisen apuna. Kuvien tulisi olla informatiivisia ja liittyä kiinteästi niin sommittelun kuin sisällönkin kannalta käsiteltävään asiaan (Koskinen-Ollonqvist ym. 2001: 17–18).

5 Ohjeistuksen ulkonäköön vaikuttavat tekijät

Yksi julkaistavalle ohjeistukselle asetetuista tavoitteista oli visuaalinen yhteneväisyys muiden Suomen Hammasteknikkoseuran tuottamien julkaisujen kanssa. Tässä kappaleessa kerrotaan ohjeistuksen ulkonäköön vaikuttaneista tekijöistä. Ensimmäisessä luvussa käydään läpi yhteistyökumppanin määrittelemät tekijät ja toisessa luvussa seikkoja, joita ei ollut ennalta määritelty.

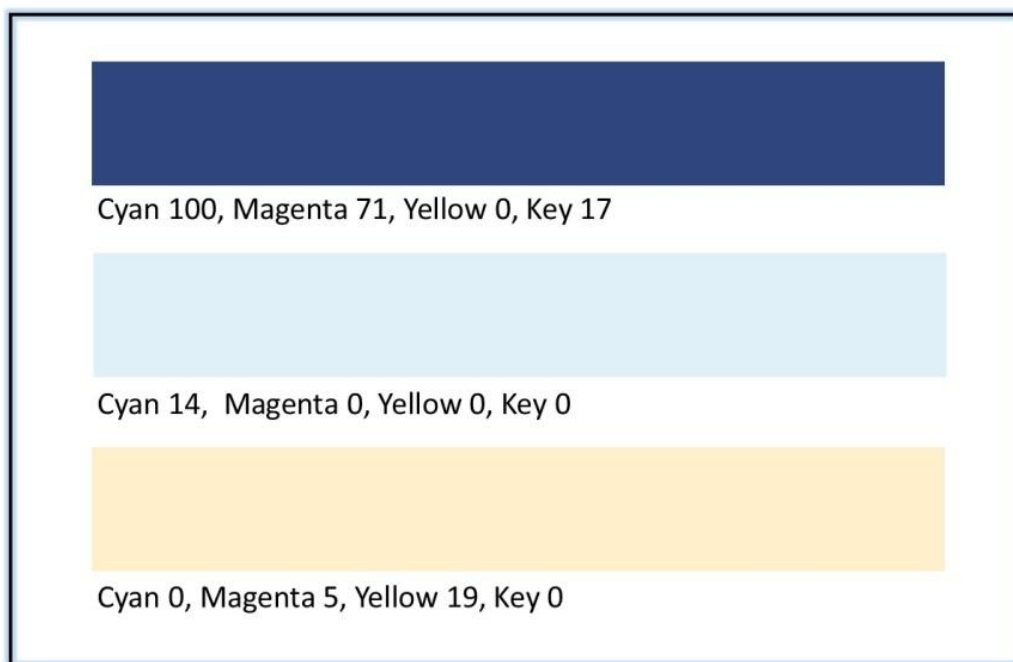
5.1 Potilasohjeen typografia ja värit

Hammasteknikko-lehden taittaja Eero Mattila lähetti sähköpostitse lehdessä ja internet-sivuilla käytettävät fontit ja värikoodit. Fonttien käytössä julkaisu noudattaa Hammasteknikkoseuran määrittelemää linjaa (ks. kuvio 1). Leipätekstin eli varsinaisen tekstin fontti on Franklin Gothic Book, kuvatekstien Franklin Gothic Medium, ingressi eli johdanto ja väliotsikot Franklin Gothic Demi sekä otsikko Calisto MT.



Kuvio 1. Suomen Hammasteknikkoseuran käyttämät fontit

Julkaisussa käytetyt värit ovat tummansiniset palkit (C=100 M=71 Y=0 K=17), vaalean siniset palkit (C=14 M=0 Y=0 K=0) ja vaalean keltaiset palkit (C=0 M=5 Y=19 K=0) (ks. kuvio 2). Värien käyttötarkoituksesta ei tullut tarkkaa ohjeistusta, joten käytimme omaa harkintaamme ja visuaalista näkemystämme. Ohjeistuksessa mukailtiin yhdistyksen julkaisuissaan käyttämää väriasettelua.



Kuvio 2. Suomen Hammasteknikkoseuran käyttämät värit

5.2 Kieli ja kuvat

Potilasohjeessa pyrittiin käyttämään selkokieltä, jotta se olisi helposti ymmärrettävää. Selkokieli on mukautettu sisällöltään, sanastoltaan ja rakenteeltaan yleiskieltä luettavammaksi ja ymmärrettävämmäksi (Sainio 2013: 13). Useat aiemmat ohjeet ovat sisältäneet paljon lääketieteellistä sanastoa, mikä on tehnyt niiden ymmärtämisen vaikeaksi osalle hammaskojeiden käyttäjiä. Tekstissä vältettiin liian pitkiä virkkeitä ja kappaleita sekä käytettiin yleissanastoa.

Pienessä ohjeessa käytettiin täysin selkokieltä ja sen mukaisia ohjeita kappaleiden pituuksista. Monisivuisessa ohjeessa jouduttiin kappaleiden pituuksia hieman kasvattamaan, mutta samalla kiinnitettiin erityistä huomiota virkkeiden pitämisessä mahdollisimman lyhyinä. Yleisesti lauserakenne pidettiin päälause + sivulause – mittaisena suosien kuitenkin yhden lauseen virkkeitä.

Osa kuvista on kuvattu itse ammattikorkeakoululta löytyneistä materiaaleista. Kuvien sisältö pyrittiin pitämään mahdollisimman yksinkertaisena välttämällä liian yksityiskohtaisia kuvia, joiden sisältö on lukijalle vieras (Sainio 2013: 47). Tästä syystä

ohjeistuksesta jätettiin pois esimerkiksi mikroskooppikuvat akryylin pinnasta tai bakteereista. Puhdistusaineiden kuvat karsittiin pois, jotta ohjeistus ei suosittelisi jotain tiettyä kaupallista merkkiä. Suomen hammasteknikkoseuran kautta saatiin kuvia käytettäväksi ohjeistuksessa. Suurena apuna kuvien valinnassa oli yhdistyksen varapuheenjohtaja Teppo Kariluoto, jolle kuuluu suuri kiitos potilaskuvista.

6 Ohjeistuksen toteuttaminen

6.1 Ohjeistuksen suunnittelu ja tilaajan vaatimukset

Ohjeistuksen suunnittelu aloitettiin käymällä aloituskeskustelu Suomen Hammasteknikkoseuran puheenjohtaja Ilkka Tuomisen kanssa. Keskustelussa selvitettiin, mitä ohjeistuksen pitäisi sisältää, kenelle se olisi suunnattu ja miten sitä levitettäisiin. Ohjeiden tulisi täyttää lainsäädännön vaatimukset ja olla suunnattu irrotettavien akryylisten hammaskojeiden käyttäjille, sillä tämänhetkiset ohjeet akryylin puhdistukseen ovat osin virheellisiä. Ohjeistuksen tulisi perustua yleisimmän proteesimateriaalin eli polymetyylimetakrylaatin bioyhteensopivuuteen vaikuttavien ominaisuuksien huomioon ottamiseen ja ylläpitoon. Vaihtoehtoisten proteesimateriaalien käsittelemistä tekstissä harkittiin, mutta niiden vähäisen käytön vuoksi mainitsemisesta erikseen luovuttiin, koska hoito-ohjeet kaikille proteesimateriaaleille ovat kuitenkin samat. Lisäksi ohjeisiin pitäisi sisällyttää omahoito-ohjeita esimerkiksi kojeiden kunnon seuraamiseen.

Keskustelussa päädyttiin kaksiosaiseen ohjeistukseen, jonka kokoa ja muotoa suunniteltiin yhdessä. Lopputilauksena oli pieni A6-kokoinen, kaksipuolinen ”pähkinänkuori” , johon sisällytettäisiin lain vaatimat tiedot ja lyhyet hoito-ohjeet, sekä linkki lisätietojen löytämiseksi. Lisätiedot olisivat Hammasteknikkoseuran sivujen kautta löytyvä laajempi ohjeistus, joka selittäisi tarkemmin akryyliin, puhdistukseen ja muita hammaskojeisiin liittyviä tärkeitä seikkoja. Laajempi ohjeistus taitettaisiin sellaiseen muotoon, että sitä voi lukea kuvaruudulla netissä tai sen voi tulostaa nidottavaksi vihoksi. Pieni A6-ohje olisi valmiiden hammaskojeiden mukaan laitettavaksi ja sen voi varustaa laboratorion omilla yhteystiedoilla. Sen pitäisi olla helposti tulostettava myös mustavalkotulostimilla.

Ohjeistus haluttiin ulkoasultaan muiden hammasteknikkoseuran julkaisujen kanssa yhteneväiseksi. Keskustelussa sovittiin, että seuran julkaisuista vastaavat henkilöt antavat ohjeistuksen tekemiseen tarvittavat seuran julkaisuissa käytettävät väriarvot, fontit, logon ja valokuvia ohjeistuksen kuvittamiseen. Yhdessä mietittiin myös mahdollisia lähteitä ja asiantuntijoita, joihin voisi tarvittaessa ottaa yhteyttä.

6.2 Julkaisumateriaaleihin perehtyminen

Taiton suunnittelu aloitettiin tutustumalla Suomen hammasteknikkoseuran Hammasteknikko-julkaisuun. Lehdestä tutkittiin yhdistyksen tapaa käyttää värejä, graafisia elementtejä ja fontteja julkaisuissaan. Perehdyttiin myös lehden palstoitustapaan, jotta ohjeistuksesta tulisi yhdistyksen muuhun julkaisulinjaan saumattomasti sopiva.

Verkkosivujen ilmettä ja painettujen julkaisujen ulkoasua verratessa huomattiin, etteivät niiden ulkoasut ole täysin yhtenevät. Ohjeistukseen poimittiin yhteneväisiä kohtia, kuten otsikoiden tummansininen väri ja leipätekstin fontti.

6.3 Ohjeeseen tulevan materiaalin valinta

Olemassa olevia ohjeita proteesien, oikomiskojeiden ja purentakiskojen hoidosta verrattiin toisiinsa. Ohjeistukseen valittiin niistä kohdat, jotka tukivat materiaalin mukaista hammaskojeen hoitoa. Hammasteknisestä kirjallisuudesta kartoitettiin pääpiirteittäin ne akryylin ominaisuudet, jotka tulisi ottaa huomioon ohjeistuksessa. Valmista ohjemateriaalia kertyi runsaasti, joten rajua karsintaa jouduttiin suorittamaan, jottei ohjeistus paisuisi liian laajaksi. Ohjeesta päätyttiin jättämään pois yksityiskohtaiset materiaalitutkimukset, koska tarkoituksena oli tuottaa selkokielineen, helposti lähestyttävä ohje.

Lainsäädännöstä etsittiin ohjeistukseen pakollisesti sisällytettävät asiat. Saatteen pieni koko yhdessä siihen mahdutettavan lain vaatiman tiedon kanssa määritteli lähes täysin saatteen sisällön.

Kuvamateriaaliksi haluttiin tekstin sisältöä havainnollistavia kuvia. Niiden tuli olla helposti ymmärrettäviä ja kansantajuisia. Tästä syystä esimerkiksi mikroskooppikuvat akryylin rakenteesta jätettiin pois. Ohjeistus haluttiin pitää kaupallisesti neutraalina, siksi kuviin ei haluttu näkyviin mitään tuotemerkkejä.

6.4 Ohjeistuksen tekoprosessi

Raakateksti laajemman ohjeistuksen sisällöksi kirjoitettiin kerätyn teorian tiedon pohjalta. Pienen ohjeen sisältö määräytyi pitkälti lain vaatimista tiedoista, joita yksilölliseen käyttöön tarkoitetun lääkinnällisen laitteen mukana tulee käyttäjälle toimittaa. Pienen ohjeen kääntöpuolelle tehtiin tiivistelmä laajan ohjeistuksen puhdistus- ja säilytysohjeista.

Sisältöä kirjoitettaessa mietittiin jo valmiiksi, minkälaisia kuvia kyseiseen tekstin kohtaan tarvitaan. Valmis teksti lähetettiin luettavaksi hammasteknikkoseuralle. Palautetta sisällöstä antoi varapuheenjohtaja Teppo Kariluoto. Palautteen pohjalta tekstiin tehtiin joitakin pieniä korjauksia. Hän myös lähetti autenttisia kuvia työelämässä vastaan tulleista, ohjeistuksen sisältöä tukevista esimerkeistä. Loput tarvittavat kuvituskuvat kuvattiin Metropolia Ammattikorkeakoulun opetuslaboratorion tiloissa harjoitustöistä ja potilastöistä. Kuvat käsiteltiin Adobe Photoshop CC-ohjelmalla ja talletettiin 200 dpi resoluutiolla, joka on riittävän tarkka tulostamista varten.

Julkaisut päätettiin taittaa Microsoft Officen Publisher 2013- ohjelmalla, koska se oli helposti saatavilla oppilaitoksen tietokoneilla ja teknisiltä ominaisuuksiltaan riittävä. Laajemman ohjeistuksen tuli olla helposti tulostettavissa kotikäyttöön tarkoitetulla tulostimella, ja luettavissa tietokoneen näytöltä. Tämä määrätti sopivaksi arkkikooksi vaakasuoraan sijoitetun A4:n, jonka pystyi taittamaan helposti käytännöllisen kokoiseksi, nidottavissa olevaksi A5-vihkoseksi. Yhdelle A4- arkille mahtuu molemmin puolin tulostettuna neljä A5- sivua, joten ohjeistuksen kokonaissivumäärän tuli olla neljällä jaollinen. Tekstisisällön pituus oli kymmenelle sivulle sopiva, joten jouduttiin harkitsemaan sisällön karsimista kahdeksaan sivuun tai ladonnan väljentämistä 12 sivulle.

Ensin kokeiltiin tiivistämistä, mutta sisällöstä olisi pitänyt poistaa liian paljon asiaa ja ohjeistuksen luettavuus heikkeni merkittävästi. Lopulta päädyttiin 12-sivuiseen julkaisuun, jotta mukaan mahtui kaikki tarvittava asiasisältö ja visuaalinen ilme saatiin selkeäksi sekä teksti helposti luettavaksi. Alustavaan taittotyöhön käytettiin aikaa noin kaksi viikkoa, jonka jälkeen ensimmäiset versiot saatteesta ja oppaasta olivat valmiit koeluetettaviksi. Tuona aikana tehtiin sivupohjat, kuvien kokojen määrittely ja kuvien käsittely sekä tekstin muokkaus ja asettelu.

Ohjevihosta tulostettiin ja nidottiin koevedoksia sekä värillisinä että mustavalkoisina. Taiton ja kuvien todettiin toimivan molemmissa versioissa. Kymmentä eri-ikäistä hammastekniikkaan perehtymätöntä henkilöä pyydettiin lukemaan ja arvioimaan ohjeistuksen sisällön selkeyttä ja ulkonäköä. Saadun palautteen perusteella muokattiin muutamia yksityiskohtia tekstin selkeyttämiseksi. Ulkoasuun ei saatu korjausehdotuksia. Viimeistelyn jälkeen valmiit julkaisut esiteltiin Hammasteknikkoseuran puheenjohtaja Ilkka Tuomiselle, joka hyväksyi ne. Samassa palautekeskustelussa sovittiin valmiiden julkaisujen tallennusmuodot. Vaikka yhteistyökumppani hyväksyi oppaan sellaisenaan, päätettiin siihen kuitenkin tehdä vielä pieniä korjauksia luettavuuden parantamiseksi ja kuvituksen yleisilmeen siistimiseksi. Samalla syntyi ajatus tehdä jokaiselle hammaskojeelle oma opaslehtinen, johon sisällytettiin vain kyseistä laitetta koskevat puhdistus- ja säilytysohjeet. Nämä lehtiset ovat neljän A5 sivun mittaisia julkaisuja, jotka ovat tulostettavissa yhdelle A4-arkille, josta keskeltä taittamalla saa helposti käsiteltävän ohjelehtisen. Tekstisisältö on lähes yhtenevä laajan oppaan kanssa, mutta jokaiseen lehtiseen tehtiin laitekohtainen kuvitus ja kansilehti muokattiin alkuperäisen oppaan kannen tyylliseksi, mutta silti erilaiseksi.

Kaikki julkaisut paitsi saate tallennettiin kahtena eri pdf-tiedostona ja Microsoft Publisher 2013 työtiedostona. Toinen pdf- tiedosto on niteen tulostamista varten ja toinen on näytöltä selattavassa muodossa. Pdf- tiedostoja tarvittiin kaksi erilaista, koska nidottavassa versiossa sivut eivät ole peräkkäin numerojärjestyksessä. Pienempi julkaisu eli saate tallennettiin myös kahdessa eri tiedostomuodossa. Pdf- tiedostossa on aseteltuna neljä saatelappua A4-sivulle kaksipuolisesti tulostettavaksi. Takasivulle laitettiin leikkausmerkit helpottamaan saatteiden leikkaamista saksilla. Toinen versio saatteesta on docx- tiedosto. Se tehtiin niiden laboratorioden käyttöön, jotka haluavat lisätä omat yhteystietonsa ja/tai logonsa saatteeseen ennen tulostamista.

Opinnäytetyön tuotokseen käytettyä kokonaisaikaa on vaikea määritellä tarkasti, sillä siihen sisältyvät suulliset palaverit, sähköpostiviestit ja suunnitelmakeskustelut, joissa luonnosteltiin sisältöä ja teknisiä ratkaisuja. Konkreettiseen tietokoneen ääressä tehtyyn graafiseen työhön on kulunut noin kuukausi, sillä jokainen kuvitukseen, graafiseen elementtiin tai tekstiin tehty muokkaus pakottaa käymään läpi koko julkaisun asettelun, koska tehdyt muutokset kumuloituvat muun muassa rivien pituuksien vaihteluina ja tavutuksen muuttumisena.

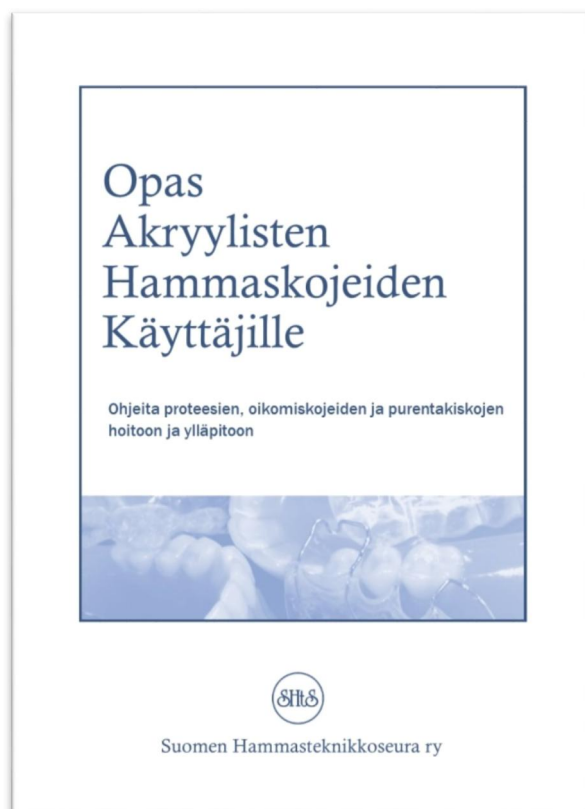
7 Julkaisujen esittely

Saatteen etupuolella on yläreunassa tila valmistajan yhteystiedoille ja sen alla viivat, joihin lisätään lain vaatimat tiedot laitteen tyypistä, tilaajasta ja käyttäjästä. Näiden alapuolella on tieto siitä, että laite on yksilölliseen käyttöön tarkoitettu ja onko se desinfioitu sekä tila desinfiointimenetelmän ilmoittamiselle. Alareunassa on lyhyesti tärkeimmät käsittelyohjeet. Oikeassa alakulmassa on nuoli, joka kehottaa katsomaan kääntöpuolelle, jossa on lisää puhdistus- ja säilytysohjeita. Alareunassa on Suomen Hammasteknikkoseuran logo ja linkki yhdistyksen kotisivulle, joilta löytyy laajempi ohjeistus.

Laajempi ohjeistus sisältää 12- sivua mukaan luettuna kansi ja takakansi. Sivun koko on pystysuunnassa oleva A5. Opas on tarkoitettu tulostettavaksi kaksipuolisena kolmelle valkoiselle A4- arkille, jolloin taittamalla paperi keskeltä syntyy A5-vihkonen. Taustaväriä ei ole käytetty, jotta opas olisi helposti tulostettavissa myös mustavalkoisena. Hammasteknikkoseuran muutkin julkaisut ovat taustaväritään valkoisia. Tulostusteknisistä syistä oppaan reunoihin on jätetty reilut marginaalit, joihin ei ole sijoitettu mitään.

Oppaan sisältö on laadittu siten, että alussa kerrotaan yleistä tietoa. Helposti avautuvalle keskiaukeamalle sijoitettiin oppaan tärkein sisältö eli puhdistus ohjeet. Sen jälkeen tulevat seuraavalla aukeamalla säilytysohjeet ja lopussa on ylläpitoon liittyvää asiaa. Tekstistä nostettiin esiin graafisin ja sijoittelullisin keinoin ydinasiat. Lukija löytää oppaan sisällöstä oleellisimman tiedon silmäilemällä otsikot ja huomio- ja toimintaohjelaatikot.

Oppaan kannessa on otsikko "Opas Akryylisten Hammaskojeiden Käyttäjille" fontilla Calisto MT. Otsikkotekstin kaikki sanat alkavat isolla kirjaimella sommittelullisista syistä. Alaotsikon "Ohjeita proteesien, oikomiskojeiden ja purentakiskojen hoitoon ja ylläpitoon" fontti on Franklin Gothic Demi. Alaotsikon tarkoitus on avata hammaskoje-termiä lukijalle ja kuvata oppaan sisältöä. Otsikoiden alla on sinisävyinen kuva alaotsikossa mainituista hammaskojeista. Kuva ja otsikot ovat sijoitettuna ohuen kehyksen sisään. Se sitoo kuvan ja tekstit ryhdikkäästi yhteen. Kehyksen alla on Suomen Hammasteknikkoseura ry:n logo ja nimi Calisto MT fontilla. Koko kannessa on käytetty Hammasteknikkoseuran tummansinistä väriä. (ks. kuvio 3)



Kuvio 3. Oppaan kansi

Kannen sisäsivulla on kuva iloisesta lapsesta akryylinen oikomiskoje suussaan. Oppaan alkuun haluttiin helposti lähestyttävä käyttäjäkuva positiivisen kontaktin luomiseksi lukijaan. Sen alla on vaaleansinisessä laatikossa ingressi tummansinisellä tekstillä. Ingressin muotoilussa noudatettiin Hammasteknikko-lehdessä käytettävää ingressien muotoilua. Se sisältää tiedon siitä, kenelle opas on suunnattu ja mikä on sen tarkoitus.


Ensimmäisen aukeaman toisella sivulla kerrotaan yleistä tietoa akryylistä hammaskojeiden materiaalina. Tekstissä kuvaillaan lyhyesti akryylin erilaisia ominaisuuksia. Sivun alalaidassa on selvennöksenä kuva akryylisistä hammaskojeista. Toisella aukeammalla kerrotaan hammaskojeiden puhdistamisen tärkeydestä sekä aineista ja menetelmistä, joita puhdistamisessa ei saa käyttää. Aukeama on kuvitettu neljällä aiheeseen liittyvällä esimerkkikuvalla.

Keskiaukeamalle haluttiin sijoittaa oppaan tärkein asia eli ohjeet oikeaan puhdistamiseen. (ks. kuvio 4) Ensimmäisellä sivulla on suuri kuva, jossa pestään proteesia. Kuvan ylä- ja alapuolelle jakautuva teksti kertoo puhdistamiseen käytettävistä

aineista ja välineistä. Toisella sivulla on suuri ohjelaatikko otsikoituna ”TOIMI NÄIN:”, jossa on keltaisella pohjalla, tummansinisellä tekstillä, yksityiskohtaiset ohjeet akryylisen hammaskojeen puhdistamiseen. Keltainen pohjaväri valittiin korostamaan ohjeiden tärkeyttä ja sitä käytetään oppaassa toimintaohjeiden taustalla.

Mitä aineita puhdistamiseen voi käyttää?

Ruokakaupat ja apteekit myyvät proteesienpuhdistusaineita, jotka soveltuvat kaikille akryylisille hammaskojeille. Puhdistamiseen myydään kotikäyttöön tarkoitettuja desinfiivia poretabletteja, tahnaa, vaahtoa ja laimennettavia liuoksia, jotka voivat liuottaa myös hammaskiveä.



Puhdistusaineen lisäksi tarvitaan harja. Tavallinenkin hammasharja käy, mutta proteesien puhdistamiseen suunniteltu harja on helpokäyttöisempi ja tehokkaampi. Proteesiharjassa on paksu varsi ja pehmeät harjakset, jotka on muotoiltu ulottumaan syviin koloihin.

— 6 —

TOIMI NÄIN:

- Ota hammaskoje pois suusta sormilla ja huuhtelee. Voit laittaa sen likoamaan vesiastiaan, jossa on puhdistusaineliuosta.
- Harjaa omat hampaat hammastahnalla ja harjalla. Puhdista myös hammasvälit ja ikenien hampaattomat kohdat. Noudata hammaslääkärin ja suuhygienistin antamia ohjeita.
- Puhdista hammaskoje proteesiharjalla ja puhdistusaineella. Toimi puhdistusaineen käyttöohjeen mukaan. Muista harjata joka puolelta, erityisen huolellisesti ikeniä ja hampaita vasten tulevat kohdat. Puhdista varovasti myös metalliset osat.
- Jos pelkää pudottavasi hammaskojeen, voit harjata sitä vesiastian tai froteepyyhkeen yllä.
- Huuhtelee huolellisesti ja laita hammaskoje säilytysastiaan tai takaisin suuhun.

Muista aina asettaa hammaskoje paikoilleen sormien avulla. Paikoilleen puraaminen rasittaa hammaskojeen rakennetta ja usein toistettuna rikkoo sen. Saatat samalla myös vaurioittaa omia hampaita ja ikeniä.

— 6 —

Kuvio 4. Keskiuukeama

Seuraavan aukeaman ensimmäisellä sivulla (ks. kuvio 5) alkaa hammaskojeiden säilyttämistä yksityiskohtaisesti käsittelevä kappale. Lyhyen johdannon jälkeen on keltainen toimintaohjelaatikko, jossa on tiivistetyt säilytykseen liittyvät ohjeet. Tekstikappale jatkuu seuraavalla sivulla. Aukeaman toisen sivun alaosassa on lyhyt kappale asioista, joita käyttäjän tulisi tarkkailla hammaskojeessaan. Samalla sivulla on kaksi tekstin lomaan sijoitettua vaaleansinistä laatikkoa, joissa on tummansinisellä tekstillä huomioitavia aiheeseen liittyviä neuvoja. Oppaassa käytetään vaaleansinisiä huomiolaatikoita nostamassa esille tärkeitä kohtia tekstistä, jotka on muotoiltu iskulausetyyppisiksi.

Akryylisten hammaskojeiden säilytys

Purentakiskoja ja joitakin oikomiskojeita käytetään öisin tai vain joitakin tunteja päivässä. Toisinaan proteesiäkin on pidettävä poissa suusta. Miten hammaskojeita pitäisi silloin säilyttää?

- Harjaa hammaskoje puhtaaksi ennen säilyttämistä.
- Käytä vesitiivistä, muovista säilytysrasiaa. Minigrip-pussi, pakasterasia tai muu vastaava käy.
- Pidä hammaskoje poissa pienten lasten ja lemmikkien ulottuvilta.
- Säilytä huoneenlämmössä. Akryyli haurastuu kylmässä ja väännyt liian kuumassa.



Ehdottoman tärkeää on harjata hammaskoje puhtaaksi ennen säilyttämistä, ettei liika kiivu kiinni sen pintaan ja kosteaan säilytysympäristöön tulisi mahdollisimman vähän bakteereita.

Akryyli imee itseensä jonkin verran kosteutta ja siksi se voi kutistua hieman kuivessaan. Se kuitenkin palautuu kosteassa takaisin entiselleen. Akryylin valmistajat eivät kuitenkaan suosittele säilyttämään hammaskojetta kuivana pitkään. Jos akryylin sisäinen kosteus haihtuu, kojeen muoto saattaa muuttua pysyvästi. Jos kuivuneen hammaskojeen paikoilleen laittaminen on hankalaa, voi sitä liottaa puolen tunnin ajan noin 40-45 asteisessa vedessä. Jos hammaskoje on ollut pitkään poissa käytöstä, eikä se liottamisen jälkeen mene paikalleen tai tuntuu epämukavalta, se pitää sovittaa uudelleen hammaslääkäriin vastaanotolla.

Limakalvo-ongelmien hoidon yhteydessä hammaslääkäri saattaa suositella proteesin säilyttämistä kuivana öisin. Kuivassa säilyttämisen etu on, että bakteerit ja sienet lisääntyvät hitaasti akryylin kuivalle pinnalle. Proteesi täytyy puhdistaa huolellisesti ennen kuivana säilyttämistä, ettei sen pintaan jää bakteeriplakkia tai jämiä ruoasta. Kiinni kuivunut liika tekee proteesista epämukavan ja aiheuttaa lisää limakalvo-ongelmia.

Jos limakalvot ovat terveet, voi huolellisesti puhdistettua proteesia käyttää myös öisin.

Vesilasissa säilyttäminen suojaa kolhuilta ja estää liian kiinni kuivumista. Vedessä säilyttäminen ei kuitenkaan tarkoita, että hammaskojetta tarvitsisi puhdistaa harvemmin. Vesi on bakteereiden lisääntymiselle erittäin suotuisa ympäristö. Jos veteen on lisätty desinfiointia ainetta, hammaskoje täytyy huuhdella ja harjata huolellisesti ennen käyttöä, ettei siihen jää desinfiointiainetta.

Tarkkaile hammaskojettasi

Puhdistamisen yhteydessä on hyvä tarkkailla hammaskojeen kuntoa. Pintaan syntyneet säröt voivat ennustaa rikkoutumista tai heikentyneitä istuvuutta. Jos metalliset kiinnityskoukut tai -lenkit tuntuvat löysiltä tai hammaskoje muuten lonksuu käytössä, kannattaa ottaa yhteyttä hammaslääkäriin. Ruoanmurujen lisääntyneet kertyminen proteesin alle voi olla merkki heikentyneestä istuvuudesta. Tällöin pohjaaminen saattaa olla tarpeen.

Muista ottaa hammaskojeesi aina mukaan hammaslääkäriin ja kerro mahdollisista ongelmista, kuten säröistä, lonksumisesta, huonosta istuvuudesta tai kivusta.

Kuvio 5. Toimintaohje- ja huomiolaatikat

Viimeinen aukeama on sisällöltään hammaskojeiden tekniseen ylläpitoon liittyviä. Ensimmäisellä sivulla käsitellään proteesien pohjausta, mitä se on, miksi ja miten se tehdään. Sivulla on kuva kokoproteesista ja alalaidassa on vaaleansininen huomiolaatikko. Toisella sivulla kerrotaan, miten toimia, jos hammaskoje menee rikki. Opas loppuu vaaleansiniseen huomiolaatikkoon, jossa muistutetaan epäsuorasti käyttäjää hänen omasta vaikutusmahdollisuudestaan hammaskojeensa käyttöikään. Laatikon alapuolella on kuva purentakiskosta. Sivun alareunassa on oppaan tekstin ja kuvien tekijöiden nimet. Takakannen alaosassa on Metropolia Ammattikorkeakoulun logo ja Suomen Hammasteknikkoseura ry- teksti. Takakanteen ei ulkonäöllisistä syistä sijoitettu pyöreää Hammasteknikkoseuran logoa. Alimpana on teksti, jossa kerrotaan oppaan olevan osa hammastekniikan koulutusohjelman opinnäytetyötä ja vuosi 2014.

Hammaskojekohtaiset ohjelehtiset on sijoitettu samalle sivupohjalle kuin laaja opas. Kansien asettelua muutettiin laajentamalla kehysviiva ulottumaan sivun alareunaan saakka. Otsikkoihin vaihdettiin opas-sanana tilalle sana ”ohjeita” ja sen jälkeen hammaskojeen nimi suuraakkosin. Otsikon alapuolella on laajan oppaan ingressiteksti

laitekohtaiseksi muokattuna. Sisäaukeamalle sijoitettiin puhdistus- ja säilytysohjeet keltaisiin ohjelaatikoihin ja vaaleansinisiin huomiolaatikoihin lyhyitä neuvoja. (ks. kuvio 6)

Puhdistus ja säilytys

Proteesien huolellinen puhdistaminen on yhtä tärkeä osa päivittäistä suuhygieniää kuin omien hampaiden puhdistaminen.

PUHDISTAMINEN

- Ota proteesi pois suusta sormilla ja huuhtelee. Voit laittaa sen likoamaan vesiastiaan, jossa on puhdistusaineliuosta.
- Harjaa hampaat hammasahnalla ja harjalla. Puhdista myös hammasväliä ja ikenien hampaattomat kohdat. Noudata hammaslääkärin ja suuhygienistin antamia ohjeita.
- Puhdista proteesi proteesiharjalla ja puhdistusaineella. Toimi puhdistusaineen käyttöohjeen mukaan. Muista harjata erityisen huolellisesti ikeniä ja hampaita vasten tulevat pinnat. Puhdista varovasti myös metalliset osat.
- Jos pelkää pudottavasi proteesin, voit harjata sitä vesiastian tai proteepyyhkeen yllä.
- Huuhtelee huolellisesti ja laita proteesi suuhun tai säilytysrasiaan.
- Muista huuhdella proteesi aina ruokailun jälkeen.


Muista aina asettaa proteesi paikoilleen sormien avulla. Paikoilleen puraiseminen rasittaa sen rakennetta ja usein toistettuna lopulta rikkoo sen. Samalla saatat myös vaurioittaa hampaita ja ikeniä.

Puhdistusmenetelmän täytyy olla sellainen, ettei se vaurioita proteesia. Liika bakteerit ja sienet tarttuvat naarmuuntuneeseen ja huokoiseksi muuttuneeseen pintaan.

Käytä ainoastaan ruokakaupoissa ja aptekeissa myytäviä proteesienpuhdistusaineita kuten desinfiivia poretabletteja, tahnaa, vaahtoa ja laimennettavia liuoksia.

Proteesia EI SAA desinfioida mikroaaltouunissa, eikä keittää tai pestä tiskikoneessa!

Jos limakalvot ovat terveet, voi huolellisesti puhdistettua proteesia käyttää myös öisin.



SÄILYTTÄMINEN

- Harjaa proteesi puhtaaksi ennen säilyttämistä.
- Käytä vesitiivistä, muovista säilytysrasiaa. Minigrip-pussi, pakasterasia tai muu vastaava käy.
- Pidä proteesi poissa pienten lasten ja lemmikkien ulottuvilta.
- Säilytä huoneenlämmössä.

Ota proteesi aina mukaan hammaslääkäriin ja kerro mahdollisista ongelmista, kuten säröistä, lonksumisesta, huonosta istuvuudesta tai kivusta.

Kuvio 6. Proteesien hoito-ohjelehtisen sisäaukeama.

Ohjelehtisten takasivut eroavat alkuperäisen oppaan takasivusta ja ovat myös keskenään erilaiset. Takasivulle sijoitettiin tieto, miten toimia laitteen rikkoutuessa ja proteesien hoito-ohjelehtisessä kerrotaan lisäksi proteesien pohjauksesta. Jokaiseen lehtiseen sisällytettiin kuva sen käsittelemästä hammaskojeesta.

8 Pohdinta

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa yhteistyössä Suomen Hammasteknikkoseura ry:n kanssa lain asettamat vaatimukset täyttävä, sisällöltään asianmukainen ja selkokielineen käyttöopas irrotettavien akryylisten hammaskojeiden käyttäjille ja saatekirje laboratorion valmiiden kojeiden mukaan liitettäväksi. Tarkoituksena ei ollut tuottaa uutta tietoa, vaan koota olemassa olevasta tiedosta yhteistyötahon toiveita ja kohderyhmän tarpeita vastaava julkaisukokonaisuus.

Opinnäytetyön tekeminen aloitettiin kartoittamalla yhteistyötahon toiveita selvittämällä, mitä ohjeistuksen pitäisi sisältää, kenelle se olisi suunnattu ja miten sitä levitettäisiin. Ensisijainen toive oli, että ohjeet kirjoitettaisiin akryylin ominaisuudet huomioiden. Toinen toivomus oli, että ohjeistus kertoisi proteesien pohjaamisesta ja neuvoisi, miten toimia laitteen rikkoutuessa. Julkaistavan ohjeistusmateriaalin laajuuden ja sisällön selvityä tehtiin työsuunnitelma tiedon ja materiaalin kokoamiseen ja aikataulu, jonka puitteissa ohjeistus ja opinnäytetyö tehtäisiin. Aikataulussa pysyttiin opinnäytetyöprosessin alkuperäisen tuotoksen suhteen, mutta työn laajeneminen ohjelehtisten osalta viivytti hieman työn lopullista valmistumista.

Tietoa hankittiin aluksi mahdollisimman usealta eri taholta. Viranomaisten vaatimukset kysyttiin Valvirasta tarkastaja Tuomo Aarnikalta, lisäksi perehdyttiin asiaa koskevaan lainsäädäntöön ja EU-direktiiveihin. Samanaikaisesti kerättiin tietoa akryylistä materiaalista ja kartoitettiin olemassa olevia hoito-ohjeita Suomesta ja ulkomailta. Kerätystä tiedosta koottiin opinnäytetyöhön ja julkaisuun tarvittava tieto. Hankitun tiedon pohjalta kirjoitettiin ohjeistuksen ensimmäinen versio, josta jouduttiin karsimaan pois selkokieliisyyden kannalta liian yksityiskohtaisia asioita. Tämän jälkeen tekstistä pyydettiin ensimmäinen palaute Hammasteknikkoseuran edustajilta. Samalla pyysimme tekstiä tukevia valokuvia täydentämään itsekuvattua materiaalia, yhdistyksen julkaisuissaan käyttämät fontit, värit ja logon.

Tiedonhankintaprosessin aikana valmiista taitettavasta julkaisusta oli olemassa jo alustava luonnos, jota päästiin toteuttamaan taitto-ohjelmalla, kun kaikki tarvittava materiaali oli hankittu. Alustava luonnos toteutui lopullisissa julkaisuissa lähes alkuperäisenä, ainoastaan opasvihkosen lopullista sivumäärää jouduttiin muuttamaan nidottavuuden säilyttämiseksi. Neljällä jaollisen sivumäärän toteuttaminen oli taittotyön

haastavin osuus. Kokonaisuudessaan taittotyöhön kului hieman ennalta-arvioitua enemmän aikaa. Taitettu opas koeluetutettiin eri-ikäisillä, hammastekniikkaan perehtymättömillä henkilöillä ja yhteistyötahon edustajilla. Saadun palautteen perusteella viimeisteltiin teksti. Ulkoasut ovat julkaisuissa säilyneet lähes alkuperäisten luonnosten mukaisina.

Molemmilla opinnäytetyön tekijällä oleva graafisen alan työkokemus ja koulutus oli suureksi hyödyksi tätä työtä tehdessä esimerkiksi teknisissä ratkaisuisissa. Hammasteknikkoseuralta saatu graafinen ohjeisto pystyttiin hyödyntämään kokemuksen ansiosta. Aikaa säästy, kun koko ulkoasua ei tarvinnut suunnitella alusta asti. Alun perin työnkulkua edesauttavana resurssina pidetty kokemus osoittautui työn edetessä myös rasitteeksi. Harjaantumaton silmä ei olisi ehkä huomannut tai pitänyt tarpeellisena puuttua pieniin yksityiskohtiin, kuten nyt tapahtui. Pieniin korjauksiin ja hiomiseen kulutettiin liikaa aikaa. Ammattilypeys lisäsi tekijöiden henkilökohtaisia paineita tuotoksen laadun suhteen. Kuitenkaan aivan kaikkea palautetta ei ole voitu ottaa huomioon, koska jokaisella ihmisellä on oma näkemys siitä, millainen julkaisun tulisi olla. Jossain vaiheessa täytyi vain päättää, että työ on valmis. Jälkeenpäin ajateltuna oppaan ulkoasun suunnitteluun ja sen teoriaan olisi voinut käyttää enemmän aikaa, mutta silloin opinnäytetyön sisältö olisi siirtynyt hammasteknillistä kontekstista enemmän graafisen alan suuntaan. Tästä syystä pitäydettiin annetussa graafisessa ohjeistossa.

Opinnäytetyön tuotoksena tehdyt julkaisut vastasivat yhteistyötahon toiveita. Suomen Hammasteknikkoseuralle luovutetaan kaikki oikeudet julkaisujen muokkaamiseen, jotta se voi halutessaan päivittää niitä tai käyttää oppaan sivupohjaa muun opasmateriaalin julkaisemiseen. Koska toimeksiantaja on Suomen Hammasteknikkoseura, ohjeistuksen myötä korostuvat akryylisten hammaskojeiden käyttäjille ja heitä hoitaville henkilöille hammasteknikon ja erikoishammasteknikon roolit suunterveydenhuollon ammattilaisina. Oppaan sisältö on kirjoitettu laitteiden materiaalin vaatimuksia painottaen, tästä syystä se voi olla etäällä lukijan tarvitsemasta tiedosta.

Lukijan voi olla vaikeaa tunnistaa itseään kohderyhmään kuuluvaksi oppaan käsitellessä termillä ”hammaskoje” purentakiskoja, oikomiskojeista ja proteeseja, siksi ohjeistuskokonaisuutta jatkettiin tekemällä laitekohtaiset lyhyet hoito-ohjelehtiset. Näistä ohjelehtisistä karsittiin pois kaikki, mikä ei liittynyt siihen, miten käyttäjän pitäisi toimia hammaskojeensa ylläpidon suhteen. Tämä johti siihen, että ne eivät sisällä

yhteistyötahon toivomaa akryyliin liittyvää tietoa. Tästä syntyi dilemma; mikä on tuotoksen tekijän rooli kohderyhmän ja työn tilaajan välissä. Pohdinnan jälkeen päädyimme toteuttamaan tilatun työn lisäksi omasta mielestämme kohderyhmän tarpeita paremmin huomioon ottavat laitekohtaiset ohjeet. Niidenkin sisältö on laadittu akryylistä hankitun tiedon pohjalta, joten ne täyttävät kuitenkin yhteistyökumppanin toiveet siitä, että akryylisen hammaskojeen hoito-ohje on laadittu materiaali huomioon ottaen.

Ammatillisesti hammasteknikoille tämän opinnäytetyön suurin hyöty on sen tuotoksena syntynyt saate. Sen myötä laboratorioiden on helppo toimittaa lain vaatimat tiedot käyttäjälle. Näin jokaisen laboratorion ei tarvitse itse selvittää lain vaatimuksia ja tuottaa omaa saatetta. riittää, että täyttää vain omat tiedot valmiiseen pohjaan.

Tästä opinnäytetyöstä on hyötyä tulevaisuudessa muille lääkinnällisten laitteiden ohjeistuksia laativille henkilöille, koska olemme koonneet tähän ohjeistuksen laatimisessa huomioitavia asioita kuten esimerkiksi lainsäädäntöä. Neuvona opinnäytetyönään opasta laativille henkilöille voisi todeta, että tämän kaltainen projekti kannattaa alusta asti työstää kokonaisuutena, haluttu lopputulos selkeästi itselle hahmotettuna. Näin tarvittavan tiedon ja materiaalin määrä pysyy hallittavissa. Ei kannata aliarvioida taittoon tarvittavaa työtä ja aikaa eikä koeluettamisen merkitystä.

Jatkossa olisi tärkeä selvittää, miten ihmiset ovat löytäneet ohjeet ja noudatetaanko niitä sekä miten ohjeiden jakelu toteutetaan tai toimii. Alkavatko hammaslaboratoriot käyttää hammasteknikkoseuran kautta saatavaa lakisääteistä saatetta vai tuleeeko käyttöön laboratorioiden omia saatteita, olisi hyvä tutkimuksen aihe?

Lähteet

1177 Vårdguide 2014. Sveriges landsting och regioner. verkkojulkaisu.<
<http://www.1177.se/Fakta-och-rad/Behandlingar/Konstgjorda-tander/>> Luettu 12.1.2014

Ainamo, Anja – Eerikäinen, Terttu – Lahtinen, Aira – Paavola, Pirkko 2003. Ikäihmisten suun hoito: Hammasproteesia käytävien suun ja proteesien hoito. Hammaslääkärilehti 6. 270–275. Saatavilla myös sähköisesti osoitteessa
 <<http://www.digipaper.fi/hammaslaakarilehti/90195/index.php?pgnumb=7>>

Ainamo, Anja – Närhi, Timo 2007. Irrotettavat osaproteesit Teoksessa Therapia Odontologica. 2014 Academica-Kustannus Oy

Anusavice, Kenneth J. (toim.) 1996. Phillips' Science of dental materials. W.B Saunders Company, Philadelphia, Pennsylvania

Baomee 2012. Hur man rengör och bleka dina proteser. verkkojulkaisu<<http://www.baomee.info/1/2012/05/hur-man-rengor-och-bleka-dina-proteser.html>> luettu 14.1.2014

Craig, Robert G. (toim.) 1997. Restorative dental materials, s.514-516. 1996 Mosby-Year Book, St Louis, Missouri

Euroopan unionin oikeuden soveltaminen 2012. Euroopan komissio. Verkkojulkaisu. <http://ec.europa.eu/eu_law/directives/directives_fi.htm> luettu 23.6.2014

Gil Villagra, Luis Javier 1998. Estudio comparativo de las diferentes propiedades físicas de los polímeros acrílicos utilizados como bases protéticas. Tesis Doctoral. Universidad Complutense de Madrid, Facultad de Odontología, Departamento de Prótesis Bucofacial

Gornitsky, M., Paradis, I., Landaverde, G., Malo, A. & Velly, A. 2002. A Clinical and Mikrobiological Evaluation of Denture Cleaners for Geriatric Patients in Long-Term Care Institutions. Journal of the Canadian Dental Association. 1/2002. Verkkojulkaisu <<http://www.cda-adc.ca/JCDA/vol-68/issue-1/39.pdf>> luettu 25.10.2013.

Gutierrez Lopez, Enrique – Iglesias Esquiroz, Pedro 2006. Tecnicas de Ayuda Odontologica/ Estomatologica. Pozuelo de Alarcon. Editorial Editex S.A.

Hallituksen esitys Eduskunnalle laiksi terveydenhuollon laitteista ja tarvikkeista HE 46/2010

Hautaniemi, Jarmo – Vallittu, Pekka 2003. Hammaslääketieteessä, suu- ja kasvokirurgiassa sekä korva-, nenä- ja kurkkutaudeissa käytettävät biomateriaalit. Lääkelaitoksen julkaisusarja 4. Tekstikappale 2.5 Proteeseissa käytettävät biomateriaalit Saatavilla myös sähköisesti osoitteessa
 <http://www.fimea.fi/instancedata/prime_product_julkaisu/fimea/embeds/fimeawwwstructure/19687_Biomateriaalijulkaisut_2_Hammaslaaketied.pdf.pdf> Luettu 4.4.2014

Hujanen, Erkki 2007. Hampaattoman suun protetiikka, Teoksessa Therapia Odontologica. 2014 Academica-Kustannus Oy

Kirveskari, Pentti 2008. Purentaelimen toimintahäiriöidenhoito, Ortopediset kojeet (parentakiskot) Teoksessa Therapia Odontologica. 2014 Academica-Kustannus Oy

Kleemola-Kujala, Eija – Virolainen, Kaija 2007. Funktionaaliset kojeet. Teoksessa Therapia Odontologica. 2014 Academica-Kustannus Oy

Kleemola-Kujala, Eija – Virolainen, Kaija 2008. Passiiviset levyt. Teoksessa Therapia Odontologica. 2014 Academica-Kustannus Oy

Koskinen-Ollonqvist, Pirjo – Parkkunen, Niina – Vertio, Harri 2001. Terveysaineiston suunnittelun ja arvioinnin opas. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus.

Kuttila, Marjaana – Le Bell, Yrsa 2007. Parentakiskot. Hammaslääkärilehti 12. 636–641. Saatavilla myös sähköisesti osoitteessa
<<http://www.digipaper.fi/hammaslaakarilehti/89172/>>

Kvalitetssäkring. Sveriges Tandteknikerförbund. Verkkojulkaisu
<<http://www.dentallab.se/Lever-du-upp-till-de-legala-kraven.php>> Luettu 11.1.2014

Laki terveydenhuollon laitteista ja tarvikkeista 629/2010. Annettu Helsingissä 24.6.2010.

Lifshitz, Aliza 2013. 8 consejos para cuidar tu protesis dental o dentadura postiza. Vida y salud. Salud oral. verkkojulkaisu <<http://www.vidaysalud.com/diario/salud-oral/8-consejos-para-cuidar-tu-protesis-dental-o-dentadura-postiza/2/>> Luettu 2.5.2014

Luxene. Das Kunststoff-Prothesenmaterial auf Vinyl-Basis. n.d. Verkkojulkaisu
<www.grundmann-dentalprothetik.de/pdf/prospekt.pdf> Luettu 14.4.2014

Muovit hammasprotetiikassa 1999. Suomen Hammasteknikkoseura ry. Verkkojulkaisu
<http://www.hammasteknikko.fi/tiedostot/Muovit_hammasprotetiikassa.pdf> Luettu 12.1.2014

Neuvoston direktiivi lääkinnällisistä laitteista 93/42/ETY. Annettu Brysselissä 14.6.1993.

Pietilä, Maisa, – Raustia, Aune – Sipilä, Kirsi 2005. Purentaelimen toimintahäiriöiden esiintyvyys ja hoidontarve. Hammaslääkärilehti 3. 90 - 96. Saatavilla myös sähköisesti osoitteessa <<http://www.digipaper.fi/hammaslaakarilehti/89730/>>

Pro Base Hot käyttöohje 2012. Ivoclar. Verkkojulkaisu
<<http://www.ivoclarvivadent.com/en/products/removable-denture-prosthetics/materials-for-dentures/probase-hot>> Luettu 14.4.2014

Parentakiskon käyttö- ja kotihoito-ohjeet 2013. Tervolan terveyskeskus. Verkkojulkaisu
<<http://tervola.fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/terveyskeskus/parentakiskon-kaytto-ja-kotihoito-ohjeet>> Luettu 19.6.2014

Parentakiskon käyttöohje 2009. Qmedical. Verkkojulkaisu
<<http://www.qmedical.fi/doc/potilasohjeet/PURENTAKISKON-KAYTTOOHJE.pdf>> Luettu 12.5.2014

Rantanen, Timo 1991. Akryyliallergia ja vaihtoehtoiset materiaalit. Hammasteknikko -lehti 4.

Sainio, Ari (toim.) 2013. Viesti perille - Selko-opas kunnille. Kunnallisalan kehittämissäätiön julkaisu, © Tekijät ja KAKS-Kunnallisalan kehittämissäätiö. Sastamala: Kunnallisalan kehittämissäätiö. Vammalan Kirjapaino Oy

Suomen Hammasteknikkoseura ry:n säännöt. Suomen Hammasteknikkoseura ry. Verkkojulkaisu <<http://hammasteknikko.fi/SHTSsaannot.pdf>> Luettu 20.6.2014

Taskinen, Heidi –Tolonen, Minna 2007. Potilasohje kiinteiden oikomiskojeiden käyttäjälle. Opinnäytetyö. Jyväskylän AMK. Suun ja terveydenhuollon koulutusohjelma.

Laboratoriossaate

<p>Valmistaja ja yhteystiedot</p> <p>_____</p> <p>Laitteen tyyppi</p> <p>_____</p> <p>Laitteen käyttäjä</p> <p>_____</p> <p>Laitteen tilaaja</p> <p>YKSILÖLLISEEN KÄYTTÖÖN VALMISTETTU LAITE</p> <p>Desinfioitu ei <input type="checkbox"/> kyllä <input type="checkbox"/> _____ menetelmä</p> <p>Säilytettävä huoneenlämmössä ja suojeltava kolhuilta.</p> <p>Irrotettavaa laitetta ei saa keittää, laittaa mikroaaltouuniin eikä pestä tiskikoneessa.</p> <p>Lisäohjeita kääntöpuolella.</p> <p style="text-align: right;">➔</p>	<p>Valmistaja ja yhteystiedot</p> <p>_____</p> <p>Laitteen tyyppi</p> <p>_____</p> <p>Laitteen käyttäjä</p> <p>_____</p> <p>Laitteen tilaaja</p> <p>YKSILÖLLISEEN KÄYTTÖÖN VALMISTETTU LAITE</p> <p>Desinfioitu ei <input type="checkbox"/> kyllä <input type="checkbox"/> _____ menetelmä</p> <p>Säilytettävä huoneenlämmössä ja suojeltava kolhuilta.</p> <p>Irrotettavaa laitetta ei saa keittää, laittaa mikroaaltouuniin eikä pestä tiskikoneessa.</p> <p>Lisäohjeita kääntöpuolella.</p> <p style="text-align: right;">➔</p>
<p>Valmistaja ja yhteystiedot</p> <p>_____</p> <p>Laitteen tyyppi</p> <p>_____</p> <p>Laitteen käyttäjä</p> <p>_____</p> <p>Laitteen tilaaja</p> <p>YKSILÖLLISEEN KÄYTTÖÖN VALMISTETTU LAITE</p> <p>Desinfioitu ei <input type="checkbox"/> kyllä <input type="checkbox"/> _____ menetelmä</p> <p>Säilytettävä huoneenlämmössä ja suojeltava kolhuilta.</p> <p>Irrotettavaa laitetta ei saa keittää, laittaa mikroaaltouuniin eikä pestä tiskikoneessa.</p> <p>Lisäohjeita kääntöpuolella.</p> <p style="text-align: right;">➔</p>	<p>Valmistaja ja yhteystiedot</p> <p>_____</p> <p>Laitteen tyyppi</p> <p>_____</p> <p>Laitteen käyttäjä</p> <p>_____</p> <p>Laitteen tilaaja</p> <p>YKSILÖLLISEEN KÄYTTÖÖN VALMISTETTU LAITE</p> <p>Desinfioitu ei <input type="checkbox"/> kyllä <input type="checkbox"/> _____ menetelmä</p> <p>Säilytettävä huoneenlämmössä ja suojeltava kolhuilta.</p> <p>Irrotettavaa laitetta ei saa keittää, laittaa mikroaaltouuniin eikä pestä tiskikoneessa.</p> <p>Lisäohjeita kääntöpuolella.</p> <p style="text-align: right;">➔</p>

Irrotettavan laitteen puhdistus:

- ◆ Pese pehmeällä harjalla ja proteesinpuhdistusaineella ohjeen mukaisesti, älä käytä muita puhdistusaineita.
- ◆ Harjaa joka puolelta huolellisesti, erityisesti ikeniä ja hampaita vasten tulevat kohdat.
- ◆ Huuhtelee juoksevalla vedellä ruokailun jälkeen.

Säilytys:

- ◆ Puhdista laite hyvin ennen säilytystä.
- ◆ Säilytä suojarasiassa.
- ◆ Pidä poissa lasten ja lemmikkieläinten ulottuvilta.

Ota laite aina mukaan hammaslääkärikäynnille.

Jos laite menee rikki, ota yhteys hammaslääkäriin tai erikoishammasteknikkoon.

Älä korjaa laitetta itse!



Suomen Hammasteknikkoseura ry

Lisätietoja www.hammasteknikko.fi

Irrotettavan laitteen puhdistus:

- ◆ Pese pehmeällä harjalla ja proteesinpuhdistusaineella ohjeen mukaisesti, älä käytä muita puhdistusaineita.
- ◆ Harjaa joka puolelta huolellisesti, erityisesti ikeniä ja hampaita vasten tulevat kohdat.
- ◆ Huuhtelee juoksevalla vedellä ruokailun jälkeen.

Säilytys:

- ◆ Puhdista laite hyvin ennen säilytystä.
- ◆ Säilytä suojarasiassa.
- ◆ Pidä poissa lasten ja lemmikkieläinten ulottuvilta.

Ota laite aina mukaan hammaslääkärikäynnille.

Jos laite menee rikki, ota yhteys hammaslääkäriin tai erikoishammasteknikkoon.

Älä korjaa laitetta itse!



Suomen Hammasteknikkoseura ry

Lisätietoja www.hammasteknikko.fi

Irrotettavan laitteen puhdistus:

- ◆ Pese pehmeällä harjalla ja proteesinpuhdistusaineella ohjeen mukaisesti, älä käytä muita puhdistusaineita.
- ◆ Harjaa joka puolelta huolellisesti, erityisesti ikeniä ja hampaita vasten tulevat kohdat.
- ◆ Huuhtelee juoksevalla vedellä ruokailun jälkeen.

Säilytys:

- ◆ Puhdista laite hyvin ennen säilytystä.
- ◆ Säilytä suojarasiassa.
- ◆ Pidä poissa lasten ja lemmikkieläinten ulottuvilta.

Ota laite aina mukaan hammaslääkärikäynnille.

Jos laite menee rikki, ota yhteys hammaslääkäriin tai erikoishammasteknikkoon.

Älä korjaa laitetta itse!



Suomen Hammasteknikkoseura ry

Lisätietoja www.hammasteknikko.fi

Irrotettavan laitteen puhdistus:

- ◆ Pese pehmeällä harjalla ja proteesinpuhdistusaineella ohjeen mukaisesti, älä käytä muita puhdistusaineita.
- ◆ Harjaa joka puolelta huolellisesti, erityisesti ikeniä ja hampaita vasten tulevat kohdat.
- ◆ Huuhtelee juoksevalla vedellä ruokailun jälkeen.

Säilytys:

- ◆ Puhdista laite hyvin ennen säilytystä.
- ◆ Säilytä suojarasiassa.
- ◆ Pidä poissa lasten ja lemmikkieläinten ulottuvilta.

Ota laite aina mukaan hammaslääkärikäynnille.

Jos laite menee rikki, ota yhteys hammaslääkäriin tai erikoishammasteknikkoon.

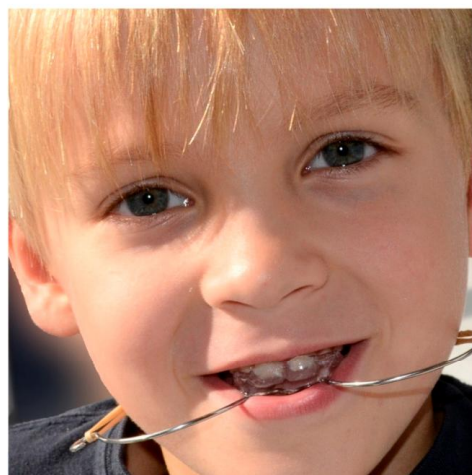
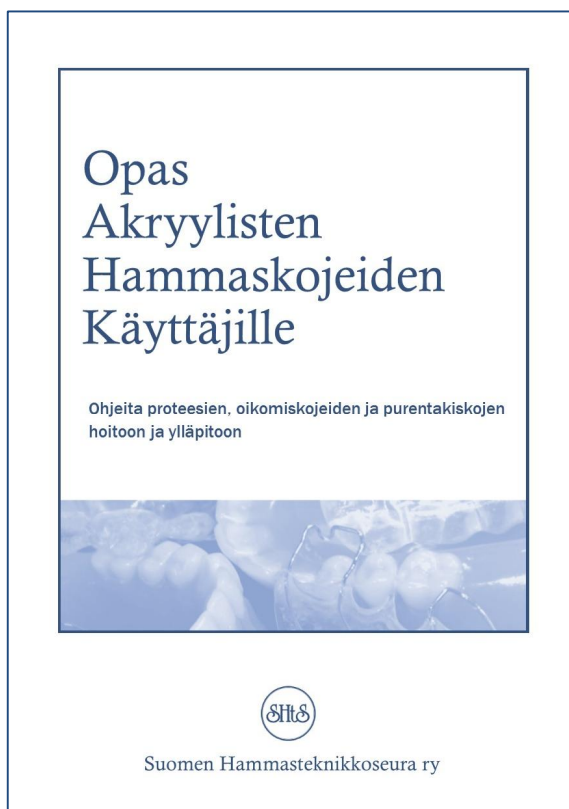
Älä korjaa laitetta itse!



Suomen Hammasteknikkoseura ry

Lisätietoja www.hammasteknikko.fi

Laaja ohjeistus



Tämä julkaisu on tarkoitettu akryylisten hammasproteesien, purentakiskojen ja irrotettavien oikomiskojeiden käyttäjille ja heitä hoitaville henkilöille.

Ohjeet on laadittu Suomen Hammasteknikkoseuran aloitteesta. Tarkoituksena on ohjeistaa valmistajan asiantuntemuksella, miten hammaskojeet säilyisivät hygieenisinä ja kestäisivät mahdollisimman pitkään.

Mitä akryyli on?

Hammasproteesit, purentakiskot ja oikomiskojeet valmistetaan erilaisista akrylaateista, joita tavallisesti kutsutaan proteesiakryyliksi.

Akryyliä on käytetty hammasproteeseissa jo 1940-luvulta lähtien ja se on hyvin tutkittu ja turvallisesti todettu materiaali. Sen koostumus ei juurikaan ole muuttunut viimeisiin vuosikymmeniin, joten nämä hoito-ohjeet pätevät myös vanhoihin proteeseihin.

Suomen hammaslaboratorioissa käytetään pääasiassa keittoakryyliä ja kylmä- eli korjausakryyliä. Koostumukseltaan nämä akryylit ovat samankaltaisia ja siksi keittoakryyliin voidaan tehdä korjauksia kylmäakryyllillä.

Akryyli kestää hyvin suun vaihtelevia olosuhteita, kuumia tai kylmiä juomia ja ruokia, happamuuden vaihteluja ja pureskelemista. Lisäksi akryylista hammaskojetta voi mukauttaa ja korjata suussa tapahtuviin muutoksiin esimerkiksi lisäämällä kiinnityskoukkuja tai hampaista proteesiin.

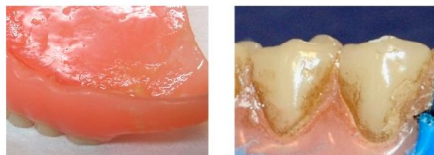
Oikein valmistetussa proteesimuovissa ei ole huokosia, eikä siitä liukene kemikaaleja.



Puhdistaminen

Hammaskojeiden huolellinen puhdistaminen on yhtä tärkeä osa päivittäistä suuhygieniaa kuin omien hampaiden puhdistaminen. Likainen hammaskoje aiheuttaa pahanhajuista hengitystä, lisää kariesin riskiä ja altistaa limakalvoja tulehduksille.

Puhdistusmenetelmän täytyy olla sellainen, ettei se naarmuta, syövytä tai muuten vaurioita akryyliä. Lika, bakteerit ja sienet tarttuvat helpommin naarmuuntuneeseen ja huokoiseksi muuttuneeseen pintaan.



vasen kuva: bakteeriplakkia proteesin pohjassa ja oikea kuva: hammaskiveä ja värjäytymiä proteesin pinnassa

Mitä puhdistamiseen ei saa käyttää?

Akryylin pinta naarmuuntuu, jos pesemiseen käytetään hankaavia aineita, kuten hammastahnaa. Myös liian hapan tai kemiallisesti sopimaton puhdistusaine syövyttää akryylin pinnan huokoiseksi sameaksi.

— 4 —



väärän desinfiointiaineen vaurioittama proteesi

Usein kuulee tee-se-itse-puhdistusliuosohjeita, joissa niitä käytetään tavallisia kotoa löytyviä puhdistusaineita kuten kloriitti, kalkinpoistoaine, etikka, desinfiointiaineet, soda tai saippua. Ne eivät sovi hammaskojeiden puhdistamiseen. Turvallisen tuntuista aineista voi syntyä yhdisteitä, jotka reagoivat akryylin kanssa.

Hammaskojeita ei voi desinfioida mikroaaltouunissa, sillä se haurastuttaa akryyliä. Kuumassa vedessä akryyli muuttuu muotoaan ja vääntyy, siksi hammaskojetta ei saa keittää eikä pestä tiskikoneessa.



kattilassa keitetty proteesi

— 5 —

Mitä aineita puhdistamiseen voi käyttää?

Ruokakaupat ja apteekit myyvät proteesienpuhdistusaineita, jotka soveltuvat kaikille akryylisille hammaskojeille. Puhdistamiseen myydään kotikäyttöön tarkoitettuja desinfiointiaineporetabletteja, tahnaa, vaahtoa ja laimennettavia liuoksia, jotka voivat liuottaa myös hammaskiveä.



Puhdistusaineen lisäksi tarvitaan harja. Tavallinenkin hammasharja käy, mutta proteesien puhdistamiseen suunniteltu harja on helpokäyttöisempi ja tehokkaampi. Proteesiharjassa on paksu varsi ja pehmeät harjakset, jotka on muotoiltu ulottumaan syviin koloihin.

— 6 —

TOIMI NÄIN

- Ota hammaskoje pois suusta sormilla ja huuhtelee. Voit laittaa sen likoamaan vesiastian, jossa on puhdistusaineliuosta.
- Harjaa omat hampaat hammastahnalla ja harjalla. Puhdista myös hammaskojen välit ja ikenien hampaattomat kohdat. Noudata hammasiäkärin ja suuhygienistin antamia ohjeita.
- Puhdista hammaskoje proteesiharjalla ja puhdistusaineella. Toimi puhdistusaineen käyttöohjeen mukaan. Muista harjata joka puolelta, erityisen huolellisesti ikeniä ja hampaista vasten tulevat kohdat. Puhdista varovasti myös metalliset osat.
- Jos pelkäät pudottavasi hammaskojeen, voit harjata sitä vesiastian tai proteesipyyhkeen yllä.
- Huuhtelee huolellisesti ja laita hammaskoje säilytysrasiaan tai takaisin suuhun.

Muista aina asettaa hammaskoje paikoilleen sormien avulla. Paikoilleen puraiseminen rasittaa hammaskojen rakennetta ja usein toistettuna rikkoo sen. Saatat samalla myös vaurioittaa omia hampaita ja ikeniä.

— 7 —

Akryylisten hammaskojeden säilytys

Parentakiskoja ja joitakin oikomiskojeita käytetään öisin tai vain joitakin tunteja päivässä. Toisinaan proteesiakin on pidettävä pois suusta. Miten hammaskojeita pitäisi silloin säilyttää?

- ♦ Harjaa hammaskoje puhtaaksi ennen säilyttämistä.
- ♦ Käytä vesitiivistä, muovista säilytysrasiaa. Minigrip-pussi, pakasterasia tai muu vastaava käy.
- ♦ Pidä hammaskoje poissa pienten lasten ja lemmikkien ulottuvilta.
- ♦ Säilytä huoneenlämmössä. Akryyli haurastuu kylmässä ja väntyy liian kuumassa.



Ehdottoman tärkeää on harjata hammaskoje puhtaaksi ennen säilyttämistä, ettei lika kiivu kiinni sen pintaan ja kosteaan säilytysympäristöön tulisi mahdollisimman vähän bakteereita.

Akryyli imee itseensä jonkin verran kosteutta ja siksi se voi kutistua hieman kuivuuksaan. Se kuitenkin palautuu kosteassa takaisin entiselleen. Akryylin valmistajat eivät kuitenkaan suosittele säilyttämään hammaskojetta kuivana pitkään. Jos akryylin sisäinen kosteus haihtuu, kokeen muoto saattaa muuttua pysyvästi. Jos kuivuneen hammaskojen paikoilleen laittaminen on hankalaa, voi sitä liottaa puolen tunnin ajan noin 40-45 asteisessa vedessä. Jos hammaskoje on ollut pitkään poissa käytöstä, eikä se liottamisen jälkeen mene paikalleen tai tuntuu epämukavalta, se pitää sovittaa uudelleen hammaslääkärin vastaanotolla.

— 8 —

Limakalvo-ongelmien hoidon yhteydessä hammaslääkäri saattaa suositella proteesin säilyttämistä kuivana öisin. Kuivassa säilyttämisen etu on, että bakteerit ja sienet lisääntyvät hitaasti akryyliin kuivalla pinnalla. Proteesi täytyy puhdistaa huolellisesti ennen kuivana säilyttämistä, ettei sen pintaan jää bakteeriplakkia tai jämiä ruoasta. Kiinni kuivunut lika tekee proteesista epämukavan ja aiheuttaa lisää limakalvo-ongelmia.

Jos limakalvot ovat terveet, voi huolellisesti puhdistettua proteesia käyttää myös öisin.

Vesilasissa säilyttäminen suojaa kolhuilta ja estää liian kiinni kuivumista. Vedessä säilyttäminen ei kuitenkaan tarkoita, että hammaskojetta tarvitsisi puhdistaa harvemmin. Vesi on bakteereiden lisääntymiselle erittäin suotuisa ympäristö. Jos veteen on lisätty desinfiointia ainetta, hammaskoje täytyy huuhdella ja harjata huolellisesti ennen käyttöä, ettei siihen jää desinfiointiainetta.

Tarkkaile hammaskojettasi

Puhdistamisen yhteydessä on hyvä tarkkailla hammaskojeen kuntoa. Pintaan syntyneet säröt voivat ennustaa rikkoutumista tai heikentynyttä istuvuutta. Jos metalliset kiinnityskoukut tai -lenkit tuntuvat löysiltä tai hammaskoje muuten lonksuu käytössä, kannattaa ottaa yhteyttä hammaslääkäriin. Ruoanmurujen lisääntynyt kertyminen proteesin alle voi olla merkki heikentyneestä istuvuudesta. Tällöin pohjaaminen saattaa olla tarpeen.

Ota hammaskojeesi aina mukaan hammaslääkäriin ja kerro mahdollisista ongelmista, kuten säröistä, lonksumisesta, huonosta istuvuudesta tai kivusta.

— 9 —

Proteesin pohjaus

Pohjaaminen mukauttaa proteesin suuhun sopivaksi. Hampaiden poiston jälkeen luinen ienharjanne alkaa vetäytyä. Aluksi nopeammin, mutta myös pitkään hampaattomana olleet ikenet muuttavat pikkuhiljaa muotoaan. Kun suun muoto muuttuu, proteesin pohja ei enää noudata ikenen muotoa. Tästä johtuen proteesi tuntuu löysältä tai keikkuu, kerää ruoan muruja ja likaa alleen ja altistaa limakalvojen tulehduksille ja liikakasvulle. Pohjaustarpeesta voi viestiä myös proteesin halkeaminen.



Pohjaamista varten tarvitaan suusta jäljennös. Se otetaan laittamalla jäljennösainetta proteesin pohjaan ja painamalla se paikalleen suuhun. Sen jälkeen proteesi toimitetaan hammaslaboratorioon, missä proteesin pohja täytetään uudella akryyillä suun muotojen mukaiseksi.

On täysin yksilöllistä, kuinka usein proteesi tulisi pohjata. Tarpeen arvioi hammaslääkäri tai erikoishammasteknikko, siksi on tärkeää mainita suun tarkastuksen yhteydessä proteesiin liittyvät tunteista.

Pohjaus parantaa proteesin käyttömukavuutta, pidentää sen käyttöikää ja ehkäisee limakalvon sairauksia.

— 10 —

Jätä korjaaminen ammattilaiselle

Jos hammaskoje menee halki, murtuu tai jos proteesista irtoaa hammas, ota yhteyttä hammaslääkäriin tai erikoishammasteknikkoon.

Kiusaus käyttää pikaliimaa vaivan välttämiseksi voi olla suuri, mutta tulee kalliiksi. Itse korjailtu hammaskoje on lopulta käyttökelpoton, sillä pienikin asentovirhe liimauksessa pilaa hammaskojen. Pikaliima ei saa aikaan kemiallista sidosta liimattavien kappaleiden välille ja siksi liimaus ei kestä.

Hammaslääkäri tai erikoishammasteknikko ottaa tarvittaessa suusta jäljennökset ja toimittaa korjaustyön hammaslaboratorioon. Hammasteknikko käyttää korjaamiseen akryyliä, joka sitoo kemiallisesti irronneen hampaan ja korvaa rikkoutuneen kohdan saumattomasti uudella muovilla. Korjaamisen yhteydessä voidaan rakennetta vahvistaa akryyliin lisäksi erilaisilla tukimateriaaleilla uudelleen rikkoutumisen välttämiseksi.

Huolellinen käsittely pidentää hammaskojen käyttöikää.



Teksti ja kuvat: Tiina Ryyti ja Marjo Stöckell
Kuvat sivuilla 4 (vasen kuva) ja 5 Teppo Kariluoto
Metropolia Ammattikorkeakoulu
Suomen Hammasteknikkoseura ry

— 11 —



Metropolia

Suomen Hammasteknikkoseura ry

Tämä julkaisu on tehty osana Metropolia Ammattikorkeakoulun hammastekniikan koulutusohjelman opinnäytetyötä yhteistyössä Suomen Hammasteknikkoseura ry:n kanssa vuonna 2014.

Ohjeellinen oikomiskojeille

Jätä korjaaminen ammattilaiselle

Jos oikomiskoje menee rikki, ota yhteyttä hammaslääkäriin. Älä yritä korjata rikkoutunutta oikomiskojetta. Itsekorjailtu oikomiskoje on käyttökelvoton, sillä pienikin virhe korjauksessa pilaa sen.

Huolellinen käsittely pidentää oikomiskojeen käyttöikää.



Suomen Hammasteknikkoseura ry

Tämä julkaisu on tehty osana Metropolia Ammattikorkeakoulun hammasteknikan koulutusohjelman opinnäytetyötä yhteistyössä Suomen Hammasteknikkoseura ry:n kanssa vuonna 2014. Teksti ja kuvat: Tiina Ryyti ja Marjo Stockell

Ohjeita irrotettavan OIKOMISKOJEEN Käyttäjälle

Tämä julkaisu on tarkoitettu irrotettavan oikomiskojeen käyttäjille ja heitä hoitaville henkilöille.

Nämä ohjeet on laadittu Suomen Hammasteknikkoseuran aloitteesta. Tarkoituksena on ohjeistaa valmistajan asiantuntemuksella, miten oikomiskoje säilyisi hygieenisenä ja kestäisi mahdollisimman pitkään.



Suomen Hammasteknikkoseura ry

Puhdistus ja säilytys

Oikomiskojeen huolellinen puhdistaminen on yhtä tärkeä osa päivittäistä suuhygieniää kuin omien hampaiden puhdistaminen.

Puhdistusmenetelmän täytyy olla sellainen, ettei se naarmuta, syövytä tai muuten vaurioita oikomiskojetta. Lika, bakteerit ja sienet tarttuvat helpommin naarmuuntuneeseen ja huokoiseksi muuttuneeseen pintaan.

PUHDISTAMINEN

- Ota oikomiskoje pois suusta sormilla ja huuhtelee. Voit laittaa sen likoamaan vesiastian, jossa on puhdistusaineliuosta.
- Harjaa hampaat hammastahnalla ja harjalla. Puhdista myös hammasväliä. Noudata hammaslääkäriin ja suuhygienistin antamia ohjeita.
- Puhdista oikomiskoje proteesiharjalla ja puhdistusaineella. Toimi puhdistusaineen käyttöohjeen mukaan.
- Jos pelkää pudottavasi oikomiskojeen, voit harjata sitä vesiastian tai froteepyyhkeen yllä.
- Huuhtelee huolellisesti ja laita oikomiskoje suuhun tai säilytysrasiaan.
- Jos oikomiskoje on käytössä myös syödessä, huuhtelee se joka ruokailun jälkeen.

Muista aina asettaa oikomiskoje paikoilleen sormien avulla. Paikoilleen puraiseminen rasittaa sen rakennetta ja usein toistettuna lopulta rikkoo sen. Samalla saatat myös vaurioittaa hampaita ja ikeniä.

Käytä ainoastaan ruokakaupoissa ja apteekkeissa myytäviä proteesienpuhdistusaineita kuten desinfiivia poretabletteja, tahnaa, vaahtoa ja laimennettavia liuoksia, jotka soveltuvat myös oikomiskojeiden puhdistamiseen.

Oikomiskojetta EI SAA desinfioida mikroaaltouunissa, eikä keittää tai pestä tiskikoneessa! Kuumassa oikomiskoje vääntyy.



SÄILYTTÄMINEN

- Harjaa oikomiskoje puhtaaksi ennen säilyttämistä.
- Käytä vesitiivistä, muovista säilytysrasiaa. Minigrip-pussi, pakasterasia tai muu vastaava käy.
- Pidä oikomiskoje poissa pienten lasten ja lemmikkien ulottuvilta.
- Säilytä huoneenlämmössä.

Jos oikomiskoje on ollut pitkään poissa käytöstä ja sen paikoilleen laittaminen on hankalaa, sitä voi liottaa puolen tunnin ajan noin 40 - 45 asteisessa vedessä. Jos se ei liottamisen jälkeen mene paikalleen tai tuntuu epämuksavalta, se pitää sovittaa uudelleen hammaslääkäriin vastaanotolla.

Ota oikomiskoje aina mukaan hammaslääkäriin ja kerro mahdollisista ongelmista, kuten säröistä, lonksumisesta, huonosta istuvuudesta tai kivusta.

Ohjelehtinen proteeseille

Proteesin pohjaus

Pohjaaminen mukauttaa proteesin suuhun sopivaksi.

Hampaiden poiston jälkeen luinen ienharjanne alkaa vetäytyä. Aluksi nopeammin, mutta myös pitkään hampaattomana olleet ikenet muuttavat pikkuhiljaa muotoaan. Kun suun muoto muuttuu, proteesin pohja ei enää noudata ikenen muotoa. Tästä johtuen proteesi tuntuu löysältä tai keikkuu, kerää ruoan muruja ja liikaa alleen ja altistaa limakalvojen tulehduksille ja liikkasvulle. Pohjaustarpeesta voi viestiä myös proteesin halkeaminen.

On täysin yksilöllistä, kuinka usein proteesi tulisi pohjata. Tarpeen arvioi hammaslääkäri tai erikoishammasteknikko, siksi on tärkeää mainita suun tarkastuksen yhteydessä proteesiin liittyvistä tunteuksista.

Pohjaus parantaa proteesin käyttömukavuutta ja ehkäisee limakalvon sairauksia. Huolellinen käsittely pidentää proteesin käyttöikää.

Jätä korjaaminen ammattilaiselle

Älä yritä korjata rikkoutunutta proteesia itse. Jos proteesi halkeaa, murtuu tai jos proteesista irtoaa hampaas, ota yhteyttä hammaslääkäriin tai erikoishammasteknikkoon.



Suomen Hammasteknikkoseura ry

Tämä julkaisu on tehty osana Metropolia Ammattikorkeakoulun hammastekniikan koulutusohjelman oppinneytöitä yhteistyössä Suomen Hammasteknikkoseuran kanssa vuonna 2014. Teksti ja kuvat: Tiina Ryyti ja Marjo Stöckell

Ohjeita irrotettavien PROTEESIEN Käyttäjille

Tämä julkaisu on tarkoitettu irrotettavien osa- ja kokoproteesien käyttäjille ja heitä hoitaville henkilöille.

Nämä ohjeet on laadittu Suomen Hammasteknikkoseuran aloitteesta. Tarkoituksena on ohjeistaa valmistajan asiantuntemuksella, miten proteesit säilyisivät hygieenisinä ja kestäisivät mahdollisimman pitkään.



Suomen Hammasteknikkoseura ry

Puhdistus ja säilytys

Proteesin huolellinen puhdistaminen on yhtä tärkeä osa päivittäistä suuhygieniää kuin omien hampaiden puhdistaminen.

PUHDISTAMINEN

- Ota proteesi pois suusta sormilla ja huuhtelee. Voit laittaa sen liikoamaan vesiastiaan, jossa on puhdistusaineliuosta.
- Harjaa hampaat hammastahnalla ja harjalla. Puhdista myös hammasväliä ja ikenien hampaattomat kohdat. Noudata hammaslääkärin ja suuhygienistin antamia ohjeita.
- Puhdista proteesi proteesiharjalla ja puhdistusaineella. Toimi puhdistusaineen käyttöohjeen mukaan. Muista harjata erityisen huolellisesti ikeniä ja hampaista vasten tulevat pinnat. Puhdista varovasti myös metalliset osat.
- Jos pelkääät pudottavasi proteesin, voit harjata sitä vesiaastian tai froteepyyhkeen yllä.
- Huuhtelee huolellisesti ja laita proteesi suuhun tai säilytysrasiaan.
- Muista huuhdella proteesi aina ruokailun jälkeen.

Muista aina asettaa proteesi paikoilleen sormien avulla. Paikoilleen puraaminen rasittaa sen rakennetta ja usein toistettuna lopulta rikkoo sen. Samalla saatat myös vaurioittaa hampaita ja ikeniä.

Puhdistusmenetelmän täytyy olla sellainen, ettei se vaurioita proteesia. Lika, bakteerit ja sienet tarttuvat naarmuuntuneeseen ja huokoiseksi muuttuneeseen pintaan.

Käytä ainoastaan ruokakaupoissa ja apteekkeissa myytäviä proteesienpuhdistusaineita kuten desinfiivia poretabletteja, tahnaa, vaahtoa ja laimennettavia liuoksia.

Proteesia EI SAA desinfioida mikroaaltouunissa, eikä keittää tai pestä tiskikoneessa!

Jos limakalvot ovat terveet, voi huolellisesti puhdistettua proteesia käyttää myös öisin.



SÄILYTTÄMINEN

- Harjaa proteesi puhtaaksi ennen säilyttämistä.
- Käytä vesitiivistä, muovista säilytysrasiaa. Minigrip-pussi, pakasterasia tai muu vastaava käy.
- Pidä proteesi poissa pienten lasten ja lemmikkien ulottuvilta.
- Säilytä huoneenlämmössä.

Ota proteesi aina mukaan hammaslääkäriin ja kerro mahdollisista ongelmista, kuten säröistä, lonksumisesta, huonosta istuvuudesta tai kivusta.

Ohjeellinen purentakiskoille

Jätä korjaaminen ammattilaiselle

Jos purentakisko menee rikki, ota yhteyttä hammaslääkäriin.

Älä yritä korjata rikkoutunutta purentakiskoa. Itsekorjautu purentakisko on käyttökelvoton, sillä pienikin virhe korjauksessa pilaa sen.

Hammaslääkäri ottaa tarvittaessa suusta jäljennökset ja toimittaa korjaustyön hammaslaboratorioon. Hammasteknikko käyttää korjaamiseen akryyliä, joka korvaa rikkoutuneen kohdan uudella muovilla saumattomasti.



Huolellinen käsittely pidentää purentakiskon käyttöikää.



Suomen Hammasteknikkoseura ry

Tämä julkaisu on tehty osana Metropolia Ammattikorkeakoulun hammastekniikan koulutusohjelman oppinäytelyä yhteistyössä Suomen Hammasteknikkoseura ry:n kanssa vuonna 2014.
Teksti ja kuvat: Tiina Ryyti ja Marjo Stockell

Ohjeita PURENTAKISKON Käyttäjälle

Tämä julkaisu on tarkoitettu purentakiskojen käyttäjille ja heitä hoitaville henkilöille.

Nämä ohjeet on laadittu Suomen Hammasteknikkoseuran aloitteesta. Tarkoituksena on ohjeistaa valmistajan asiantuntemuksella, miten purentakisko säilyisi hygieenisenä ja kestäisi mahdollisimman pitkään.



Suomen Hammasteknikkoseura ry

Puhdistus ja säilytys

Purentakiskon huolellinen puhdistaminen on yhtä tärkeä osa päivittäistä suuhygieniää kuin omien hampaiden puhdistaminen.

Puhdistusmenetelmän täytyy olla sellainen, ettei se naarmuta, syövytä tai muuten vaurioita purentakiskoa. Lika, bakteerit ja sienet tarttuvat helpommin naarmuuntuneeseen ja huokoiseksi muuttuneeseen pintaan.

PUHDISTAMINEN

- Ota purentakisko pois suusta sormilla ja huuhtele. Voit laittaa sen likoamaan vesiasiaan, jossa on puhdistusaineluosta.
- Harjaa hampaat hammastahnalla ja harjalla. Puhdista myös hammasväli. Noudata hammaslääkäriin ja suuhygienistin antamia ohjeita.
- Puhdista purentakisko proteesiharjalla ja puhdistusaineella. Toimi puhdistusaineen käyttöohjeen mukaan. Muista harjata joka puolelta.
- Jos pelkääät pudottavasi purentakiskon, voit harjata sitä vesiasian tai froteepyyhkeen yllä.
- Huuhtele huolellisesti ja laita purentakisko suuhun tai säilytysrasiaan.

Muista aina asettaa purentakisko paikoilleen sormien avulla. Paikoilleen puraiseminen rasittaa sen rakennetta ja usein toistettuna lopulta rikkoo sen. Samalla saatat myös vaurioittaa omia hampaita ja ikeniä.

Käytä ainoastaan ruokakaupoissa ja apteekkeissa myytäviä proteesienpuhdistusaineita kuten desinfiivia poretabletteja, tahnaa, vaahtoa ja laimennettavia liuoksia, jotka soveltuvat myös purentakiskojen puhdistamiseen.

Purentakiskoa EI SAA desinfioida mikroaaltouunissa, eikä keittää tai pestä tiskikoneessa! Kuumassa purentakisko vääntyy.



SÄILYTTÄMINEN

- Harjaa purentakisko puhtaaksi ennen säilyttämistä.
- Käytä vesitiivistä, muovista säilytysrasiaa. Minigrip-pussi, pakasterasia tai muu vastaava käy.
- Pidä purentakisko poissa pienten lasten ja lemmikkien ulottuvilta.
- Säilytä huoneenlämmössä.

Jos purentakisko on ollut pitkään poissa käytöstä ja sen paikoilleen laittaminen on hankalaa, sitä voi liottaa puolen tunnin ajan noin 40 - 45 asteisessa vedessä. Jos se ei liottamisen jälkeen mene paikalleen tai tuntuu epämukavalta, se pitää sovittaa uudelleen hammaslääkäriin vastaanotolla.

Ota purentakisko aina mukaan hammaslääkäriin ja kerro mahdollisista ongelmista, kuten säröistä, lonksumisesta, huonosta istuvuudesta tai kivusta.