

### **Kurze und einfache Anwendung (morgens und abends je 1-3 Minuten)**

Der Oberlippeneinsatz aus Silikon dient Ihnen mit seiner besonderen Form zur Durchführung spezieller Mund- und Lippen-Gymnastikübungen, um Ihre Oberlippenmuskulatur aufzubauen. Die Sanalip Antifalten-Gesichtscreme mit hochwertiger Hyaluronsäure kann ihre Wirkung noch besser entfalten, wenn sie auf die mittels des Einsatzes gespannte Haut aufgetragen wird.

### **Anwendungshinweise**

1. Setzen Sie die Schiene – nach dem Zähneputzen – auf die obere Zahnreihe und unter die Oberlippe ein. Schieben Sie den Oberlippeneinsatz nicht zu weit in den Mundraum und halten Sie ihn unbedingt vom hinteren Rachenraum fern.
2. Schieben Sie die Oberlippe ganz über den Einsatz und cremen Sie die gestraffte Oberlippe sowie den gesamten Nasolabialbereich mit der Sanalip Antifalten-Creme gut ein.
3. Machen Sie nun Lippengymnastik, indem Sie die über den Einsatz gewölbte Oberlippe bei leicht geschlossenem Mund abwechselnd nach oben und unten ziehen und die ganze Mundpartie immer wieder hin und her bewegen.
4. Nach diesen Übungen nehmen Sie den Oberlippeneinsatz wieder heraus und reinigen Sie ihn nach jeder Anwendung mit Zahnbürste und Zahncreme unter fließendem Wasser. Zur Aufbewahrung der Schiene dient Ihnen die mitgelieferte Dose.
5. Aus Hygienegründen sollten Sie die Schiene alle paar Tage mit gängigen Gebiss-Reinigungstabletten in der Dose mit dem Spüleinsatz reinigen (s. separate Hinweise auf der Unterseite dieser Packung).

Wenden Sie den Oberlippeneinsatz 2x täglich an und steigern Sie die Trainingsdauer von 1 Minute pro Anwendung in der ersten Woche auf 3 Minuten ab der dritten Woche. Die Übungen sollten jeweils 3 Minuten nicht überschreiten.

Wenn Sie die muskelstimulierende Gymnastik zu Beginn der Anwendung länger als empfohlen durchführen, kann es sein, dass Sie die Wirkung auf die Muskulatur im Mund- und Nasolabialbereich auch hinterher noch spüren.

### **Intensiv-Reinigung des Oberlippeneinsatzes**

Für eine hygienische Sauberkeit sollten Sie die Schiene in regelmäßigen Zeitabständen anhand von handelsüblichen Gebiss-Reinigungstabletten in der mitgelieferten Dose gründlich reinigen:

1. Nehmen Sie den Spüleinsatz der Dose heraus, füllen Sie die Dose bis ca. 1 cm unter den Rand mit warmem Wasser auf und geben Sie eine Reinigungstablette hinzu.
2. Senken Sie den Spüleinsatz mit der dort hineingelegten Schiene langsam in die aufgefüllte Dose, so dass die Reinigungsflüssigkeit auf die Schiene einwirken kann.
3. Bereits nach ca. 15-30 Minuten ist der Reinigungsvorgang beendet. Sie können die Schiene aber auch ohne Bedenken über Nacht im Reinigungsbad lassen.
4. Spülen Sie die Schiene nach der Reinigung gründlich unter fließendem Wasser ab.

Bitte beachten Sie immer die speziellen Anwendungshinweise der Gebiss-Reinigungstabletten.

Außerdem können Sie die Silikon-Schiene in kochendem Wasser sterilisieren.