PÅVIRKER SNORKEN DIN SØVN OG DIN HVERDAG?

Snorken kan påvirke både din søvn og din hverdag. For nogle kan det betyde urolig søvn, træthed eller mindre overskud i hverdagen. Snorken kan samtidig være generende for en partner og påvirke nattesøvnen for jer begge. Hvor meget snorken påvirker dig varierer fra person til person.

ALMINDELIGE TEGN PÅ FORSTYRRET SØVN

Du kan måske genkende et eller flere af disse:

- ✓ Højlydt eller hyppig snorken
- ✓ Du føler dig træt, når du vågner
- ✓ Træthed eller lavt energiniveau i løbet af dagen
- ✓ Hovedpine om morgenen
- ✓ Koncentrationsbesvær
- ✓ Din partner klager over din snorken

Du er ikke alene: Snorken er meget almindelig og kan påvirke både din egen og din partners nattesøvn.

HVAD ER ZENSLEEP™?

ZenSleep™ er en individuelt fremstillet snorkeskinne til brug under søvn. Den placerer forsigtigt underkæben i en fremskudt position med det formål at skabe mere plads i luftvejene og dermed reducere snorken.

ZENSLEEP™ ER DESIGNET MED FOKUS PÅ:

- ✓ Reducere snorken
- ✓ Forbedre luftgennemstrømningen under søvn
- ✓ Understøtte en roligere nattesøvn
- ✓ Mindske gener fra snorken for dig og din partner

HVORFOR ZENSLEEP™?

ZenSleep™ er udviklet med fokus på komfort og hygiejne. Den er fremstillet i medicinsk nylon.

- Glat og behagelig overflade
- Nem at holde ren
- Let og nem at have på
- Slidstærk og modstandsdygtig

OFTE STILLEDE SPØRGSMÅL

Er den behagelig at have på? ZenSleep™ fremstilles individuelt og er designet til at være komfortabel og passe til din mund.

Kan jeg nemt sove med den? De første nætter kan skinnen føles lidt uvant. Det er helt normalt. Skinnen er individuelt tilpasset og designet, så den er så behagelig som muligt at sove med.

Stopper den min snorken med det samme? ZenSleep™ er udviklet til at reducere snorken. Hvor hurtigt du oplever en forskel kan variere fra person til person.

Er den stor og klodset? Nej. Skinnen er let og designet til at føles så naturlig som muligt.

Hvordan rengør jeg den? Skyl den blot med vand, og børst den forsigtigt med en blød tandbørste. Lad den tørre, før du lægger den til opbevaring.

Hvad gør jeg, hvis den ikke passer helt perfekt? Din tandlæge kan justere skinnen for at forbedre komforten og pasformen.

Kan jeg stadig trække vejret normalt? Ja. Skinnen er designet med det formål at skabe mere plads i luftvejene under søvn.

KLINIKSTEMPEL

ZenSleep™

ZenSleep™-behandlinger tilbydes udelukkende af tandlæger. Spørg din tandlæge om ZenSleep™ for at få mere information.

DK26wk45

ZenSleep™



ZENSLEEP™

Påvirker snorken din søvn og din hverdag?

SNORKEN ER MERE END BARE STØJ

Snorken kan være et tegn på, at dine luftveje er delvist forsnævrede under søvn. Det kan påvirke **kvaliteten af din søvn**, også selvom du ikke vågner af det.

Hvis du snorker så meget, at det påvirker søvnen, kan det blandt andet have indflydelse på:

- Dit energiniveau
- Koncentration og hukommelse
- Din søvnkvalitet



PLEJE OG VEDLIGEHOLD

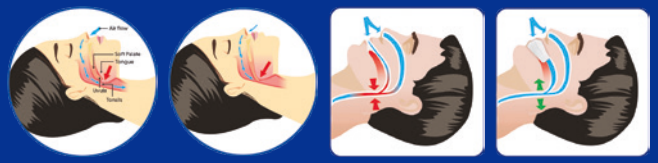
- Skyl med vand efter brug
- Rengør forsigtigt med en blød tandbørste
- Opbevar i en tør beholder

SNORKEN KAN PÅVIRKE

- Din søvnkvalitet
- Dit energiniveau i løbet af dagen
- Din partners søvn

ZENSLEEP™ SKINNER

- Designet til at skabe mere plads i luftvejene
- Kan reducere snorken
- Kan understøtte en roligere søvn



Spørg din tandlæge, om en snorkeskinne kan være relevant for dig

ET DESIGN DER PASSER TIL DIG

Alle munde er forskellige. Din tandlæge kan hjælpe dig med at vælge den skinne, der passer til dine behov.



ZENSLEEP™ SOLID

Snorkeskinne med individuel pasform og mulighed for at justere graden af fremskydning af underkæben.



ZENSLEEP™ EMA

Giver mulighed for naturlig bevægelse af kæben og kan være særligt relevant for personer, der skærer tænder.



ZENSLEEP™ SILENSOR SL

En snorkeskinne, der fylder mindre i siderne af munden og er designet med fokus på komfort.



ZENSLEEP™ ANTERIOR

Snorkeskinne med krog, som er designet til at hjælpe med at holde munden lukket under søvn.

ER EN SNORKESKINNE RELEVANT FOR DIG?

Snorken kan have forskellige årsager, og for nogle kan en snorkeskinne være en relevant løsning. Spørg din tandlæge, om det kan være den rette løsning for dig.

Tal med din tandlæge om:

- Hvor ofte du snorker
- Om snorken generer dig eller din partner
- Om du tidligere har anvendt en snorkeskinne
- Om du oplever gener fra tænder, kæber eller bid
- Om der er andre forhold ved din søvn eller dit helbred, som tandlægen bør kende til.

Din tandlæge hjælper med at vurdere, om en snorkeskinne passer til dig, eller om der er behov for at undersøge din snorken nærmere.