



DE HAC (HOOFDKAPJE-ACTIVATOR COMBINATIE)

De HAC is een soort buitenboordbeugel. Hij bestaat uit een hoofdkapje en een plastic bitje (de activator). Het kapje zorgt ervoor, dat de boventanden naar achteren worden getrokken. Het bitje wordt zo gemaakt, dat de onderkaak makkelijk naar voren kan schuiven. Zo wordt de groei van de bovenkaak afgeremd en gaat de onderkaak harder groeien.

INDOEN

Het plastic bitje past maar op 1 manier. Aan het hoofdkapje zitten elastieken die je aan het bitje kunt vasthaken. In de gewennings-periode kun je de spanning verminderen door 2 elastiekjes aan elkaar te knopen. Daarna 1 elastiekje per kant. Na ongeveer 1 maand zijn de elastieken versleten en moet je nieuwe indoen.

KLACHTEN

In het begin moet je wennen. Het is daarom het beste om op vrijdagavond te beginnen. De eerste avond worden de voortanden gevoelig en slaap je slecht. Toch moet je doorzetten. De tweede nacht gaat het al beter en de derde nacht slaap je meestal weer normaal. Na een week ben je aan de nieuwe beugel gewend. Zo niet, dan moet je bellen.

DRAAGTIJD

De HAC moet tussen **12** en **14** uur per dag worden gedragen. Het dragen mag worden onderbroken, als de uren maar worden gehaald. De meesten doen hem 's avonds na het eten in en dragen hem tot de volgende morgen. Kun je hem 's avonds niet op tijd indoen, haal dan 's middags de gemiste uren in.

ONDERHOUD

Als je de HAC 's ochtends uit doet, moet je hem goed schoonmaken met je tandenborstel en een beetje tandpasta. Overdag gewoon droog bewaren en niet in een bakje met water. Na een tijdje krijg je hem niet goed meer schoon. Dit komt omdat er kalkaanslag uit het speeksel in het poreuze plastic trekt. Je kunt dit weggrijpen, door hem een poosje in een bakje met azijn te leggen.

RESULTAAT

De HAC is een groei-beugel. De werking is gestaag en je moet dus

geduld hebben. Draag je hem goed en is er voldoende groei, dan is de werking goed voorspelbaar. Gemiddeld is dat $\frac{1}{2}$ mm. per maand. Zijn er geen klachten meer, dan moet je om de 2 maanden voor controle komen. Bij iedere controle wordt gemeten of er voldoende vooruitgang is. Soms wordt de beugel strakker gezet of wordt er wat afgeslepen. Neem dus bij iedere controle je beugel mee.

