

**WARNING!**

치아교정기와 함께 사용하지 마십시오.

마우스가드를 씹으면 안됩니다.

사용자가 마우스가드의 보호기능, 맞춤성을 유지하면서 예정된 사용기간 만큼 충분히 사용하기 위해서는 제시된 가이드와 같이 착용되어야 합니다. 어떤 마우스가드이든 입안에서 씹히거나 적절하게 착용되어지지 않는다면 맞춤성, 내구성 및 보호기능은 현저히 하락합니다.

**준비물**

- > Nano Lower Mouthguard
- > 얼음물 한 컵 (얼음과 물이 반씩 섞임)
- > 구멍이 있는 스푼/국자
- > 거울
- > 냄비
- > 뜨거운 물
- > 초침이 있는 시계

**착용 가이드**

1. 냄비에 7~10Cm 높이까지 물을 채우고 끓여주세요.
2. 불을 끄고 30초 정도 식히세요. 그리고 마우스가드를 35초 정도 물에 담그세요. (35초 초과 금지!)
3. 주의하여 마우스가드를 스푼으로 꺼내세요.
4. 1~2초 정도 수돗물에서 마우스가드를 식히세요. (절대 얼음물로 식히지 마세요!)
5. 마우스가드 착용 전에 입술에 침을 바르세요.
6. 거울을 보면서 마우스가드를 윗니 중앙에 맞춰주세요. 마우스가드를 아랫니에 맞춰 넣은 뒤 물어 주세요. 손가락을 이용해 눌러서 형태를 만들어 주세요.
7. 최소 1분간 마우스가드를 물고 있으세요.
8. 마우스가드를 꺼내어 얼음물에 완전히 담근채 2분 동안 식히세요. 타이트하게 꼭 맞도록 입안에 넣으세요.
9. 입안에 딱맞을 때까지 1~8회 가량 반복하세요