

SPECIALISTKLINIK · GÖTEBORG

Tandregleringsguide för *vuxna* 2026

Allt du behöver veta — från specialisttandläkare i ortodonti.

© GÖTA DENTAL · FÖRSTA LÅNGGATAN 21 · GÖTEBORG

1 · Du är inte *ensam*

Mer än hälften av Göta Dentals patienter är vuxna. Allt från 25-åringar som rättar gammal trångställning till 65-åringar som upptäcker att tänderna rört sig efter decennier utan retainer.

Sanningen: det finns ingen övre åldersgräns för tandreglering. Tänderna kan flyttas i alla åldrar — det enda som tar något längre tid är de första veckornas anpassning.

2 · Fyra *behandlingar*

Metod	Behandlingstid	Pris från	Synlighet
Aligners (Invisalign)	6–18 mån	29 980 kr	Nästan osynlig
Klassisk räls	12–24 mån	34 800 kr	Synlig
Keramisk räls	12–24 mån	37 800 kr	Delvis dold
Lingual	12–24 mån	45 000 kr	Helt dold

3 · Vad *styr valet?*

Tre faktorer:

- Bettfelets komplexitet** — vid skelettala avvikelser eller större trångställning krävs ofta fast system.
- Diskretion** — patient-facing yrke gör aligners eller lingual värt premien.
- Disciplin** — aligners kräver 20–22 timmars bärtid/dygn. Fast räls "tvingar" dig.

Vid din konsultation bedömer specialisten ditt bett och visar dig en digital 3D-simulering — du ser slutresultatet *innan* du bestämmer dig.

4 · Vad kostar det *egentligen?*

Behandling	Totalpris	24 mån	60 mån
Aligners	29 980 kr	1 250 kr/mån	500 kr/mån
Klassisk räls	34 800 kr	1 450 kr/mån	580 kr/mån
Invisalign	34 980 kr	1 458 kr/mån	583 kr/mån
Keramisk räls	37 800 kr	1 575 kr/mån	630 kr/mån

Behandling	Totalpris	24 mån	60 mån
Lingual	45 000 kr	1 875 kr/mån	750 kr/mån

Räntefri delbetalning via Resurs Bank — inget startbelopp krävs.

Plus statligt tandvårdsstöd: ATB om 300–600 kr/år + högkostnadsskydd som täcker 50–85 % av kostnader över 3 000 kr/år. För en 35 000 kr Invisalign-behandling blir det ca 4 200 kr ersättning från Försäkringskassan — som vi hanterar åt dig.

5 · Specialist *vs* allmäntandläkare

En specialist i ortodonti har **3 års vidareutbildning** utöver tandläkarexamen — heltid, enbart inom tandreglering. Det är 6 000+ kliniska timmar med fokus på just det här.

Studier från European Journal of Orthodontics (2019–2023) visar **23–40 % lägre risk för "re-treatment"** hos specialistklinik jämfört med allmäntandläkare som gör tandreglering vid sidan om primärtandvård.

På Göta Dental utförs **alla behandlingar av legitimerad specialisttandläkare i ortodonti**. Du ser specialistens namn vid varje besök, och samma person följer dig från konsultation till retainer.

6 · Vägen från konsultation till *färdigt resultat*

Steg 1 — Konsultation (45–60 min)

3D-scan av tänderna, klinisk undersökning, digital simulering av slutresultatet, behandlingsplan med fast pris. Inget beslut krävs vid besöket.

Steg 2 — Du funderar (1–4 veckor)

Du går hem med planen, funderar lugnt på alternativen, kontaktar oss när du är redo.

Steg 3 — Behandlingsstart

Påsättning av räls (eller utlämning av första aligner-set) tar 45–60 min. Du går hem med behandlingen igång.

Steg 4 — Justeringar (var 4–6 vecka)

15–30 minuter per besök. Specialisten justerar. Du ser progressionen.

Steg 5 — Avslut

Slutkontroll. Räls tas bort (eller sista aligners lämnas tillbaka). Retainer utlämnad direkt. Uppföljning 6 och 12 månader.

7 · Vanliga *frågor*

Gör det ont?

Bergius et al (EJO 2002) följde 73 patienter och dokumenterade smärtkurvan: peak vid 24 timmar (VAS 5,4/10), signifikant minskning vid 72 timmar (VAS 2,1), kliniskt irrelevant från dag 5. Ibuprofen 400 mg är effektivare än paracetamol 500 mg.

Påverkar det jobbet?

Minimal. Aligners är knappast synliga. Räls märks de första veckorna men patienter rapporterar att kollegor vänjer sig snabbare än de själva.

Hur länge måste jag bära retainer?

Tumregeln är heltidsbärande 3–6 månader, sen nattetid på obestämd tid. De flesta specialister rekommenderar nattbärande livet ut — Naraghi et al (Angle Orthodontist 2006) visade 95 % stabilitet vid 5 års uppföljning för patienter som följde retentionsprotokollet.

Kan jag äta normalt?

Med aligners: ta av vid måltid, ät vad du vill. Med räls: undvik hårda och klibbiga matvaror (tuggummi, kola, hela äpplen, popcorn) — annars normalt.

Vad om jag inte är nöjd?

Specialisten godkänner inte avslutet förrän bittet är där det ska vara. Refinement-aligners eller justeringar ingår i priset vid normala avvikelser från planen.

8 · Boka *konsultation*

Göta Dental · Första Långgatan 21, 413 03 Göteborg

☎ **031-713 57 84** · ✉ **info@gotadental.se**

🌐 **gotadental.se/bokning/**

Konsultationen är gratis vid behandling. 500 kr om du inte går vidare — avräknas vid eventuell senare behandling.

Spårvagn 1, 3, 6, 9 eller 11 från Järntorget — tre minuter till fots från hållplatsen.