

Vaste beugel/slotjes beugel (vaste apparatuur)

In je mond zit nu een vaste beugel die je er zelf niet uit kunt halen. De beugel zit op je tanden vast met metalen slotjes (brackets). Door de slotjes loopt een metalen draad die alles verbindt. Deze draad van geheugenmetaal wordt regelmatig vervangen voor een dikkere en is eigenlijk de motor van de beugel! De draad zit vast met elastiekjes die elke maand worden vervangen. De vaste beugel verplaatst tanden en kiezen totdat ze netjes naast elkaar staan en de boven- en ondertanden over elkaar heen sluiten.

De eerste dagen

De eerste dagen zijn het meest vervelend. Je moet wennen aan de druk van de beugel in je mond. Je wangen, binnenkant van je lippen en tong kunnen stuk gaan van het schuren over de slotjes. De was die je hebt meegekregen kun je aanbrengen op het slotje dat de pijn veroorzaakt. Nu heeft je slijmvlies even de tijd om te genezen. Met de was op een slotje kun je zonder problemen eten, drinken, praten en slapen. Het kan geen kwaad als je de was per ongeluk doorslikt. Verwijder de was voor je gaat poetsen, erna kun je de was er weer op doen. Nieuwe was kun je in de praktijk aan de balie ophalen. Als je tanden en kiezen erg veel pijn doen en je kunt er niet van slapen, neem dan een paracetamol. Wanneer het na ongeveer 5 dagen nog steeds erg veel pijn doet bel dan op voor een afspraak.

Eten en drinken

Met een vaste beugel mag je **geen harde dingen afbijten, zoals wortels, appels, lolly's, chocoladereep en stokbrood. Snij het eerst in hapklare brokken.** Dit om te voorkomen dat bij veel bijtgeweld slotjes van je tanden afbreken. Kauwgom, suikervrije, mag je wel kauwen. Deze plakt veel minder dan kauwgom met suiker. Bedenk verder dat alle frisdranken, ook 'light'dranken, limonade, limonade, icetea en sportdrankjes zowel erg zoet als erg zuur zijn, deze combinatie zorgt ervoor dat tijdens het drinken je tanden en kiezen DIRECT oplossen en tanderosie veroorzaken!

Fluoride

Met een vaste beugel heb je meer kans op gaatjes. Je mondbacteriën blijven makkelijk rondom het slotje plakken. Om te voorkomen dat je gaatjes krijgt is het verstandig om naast zorgvuldig tandenpoetsen extra fluoride te gebruiken. Fluoride zorgt voor een regelmatige en dus harde tandstructuur, daardoor krijg je minder snel gaatjes en gaan eventuele beginnende gaatjes weer dicht. Op het 'fluoride spoelmiddel' infoblad staat meer informatie hierover.

Tandenpoetsen

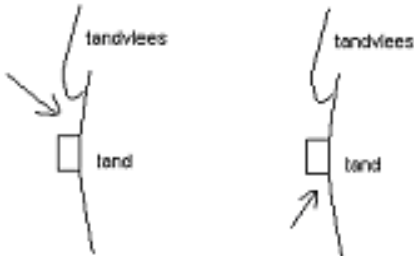
Omdat er zoals al eerder vermeld een groter risico bestaat op gaatjes en er gemakkelijker etensresten en bacteriën aan een beugel blijven kleven is het noodzakelijk dat er 2 tot 3 keer per dag goed wordt gepoetst. In ieder geval na het ontbijt, voor het slapen gaan en de derde keer op een moment wanneer je voldoende tijd hebt bijvoorbeeld tussen de middag. Kijk mee in de spiegel, je ogen helpen je handen. Vraag je ouder om je 1 x per dag na te poetsen, voor de zekerheid.

De binnenkant en bovenop de kiezen blijven ongewijzigd:

Poets je mond via een vaste route die je elke dag op dezelfde manier aflegt. Zet de borstel half tand/ half tandvlees en poets 4 seconden heen en weer. Volg een vaste route door je mond. Let op de achterste kies achter het laatste ringetje van de beugel. Deze kies moet ook goed schoon.

De buitenkant poets je als volgt:

Poets eerst vanaf je tandvlees in 4 seconden per plekje schuin naar de beugel toe. Poets daarna schuin vanaf je tandrand naar je beugel alweer voor 4 seconden per plek. Werk steeds van achterste kies rondom naar de achterste kies. Spoel niet na met water maar spuug de tandpasta goed uit. De fluoride uit de tandpasta kan zo beter inwerken.



Elektrisch poetsen:

Poetst eerst de binnenkant van rechtsonder naar links onder en daarna van linksboven naar rechts boven. Zet de elektrische borstel tegen je tandvlees. Poets elke plek 5 seconden terwijl je de tandenborstel niet beweegt. Tel per plekje (in je hoofd) éénentwintig, tweeëntwintig, drieëntwintig, vierentwintig, vijfentwintig.

Poets de buitenkant zoals op de tekening aangegeven. Begin achterin bij je laatste kies, poets eerst vanaf je tandvlees schuin naar de beugel toe. Poets op elke tand of kies gedurende 4 seconden: (tel weer in je hoofd van 21 t/m 24).

Poets op de terugweg vanaf de tandrand schuin naar je beugel toe ook 4 seconden per plek.

Vergeet je laatste kies niet aan de buitenkant te poetsen. Met je tong kan je voelen waar je laatste kies zit. Spoel niet na met water maar spuug de tandpasta goed uit. De fluoride uit de tandpasta kan zo beter inwerken.

Plakverklidders

Met de roze plakverklidders (2 stuks) kun je zelf controleren of je goed gepoetst hebt. Doe dit in het begin 1x per week. Neem na het poetsen 1 tablet in je mond en kauw dit fijn, verspreidt dit papje door je mond langs tanden en kiezen, spoel daarna 1 x krachtig met een slok water. Kijk vervolgens in de spiegel naar je tanden en kiezen; zit er roze op je tanden dan moet je die plek nog een keer poetsen en weet je voor de volgende poetsbeurt dat je aan die plek extra aandacht moet besteden. Is alleen je tandvlees knalroze en je tanden wit dan heb je goed gepoetst. Wil je nieuwe plakverklidders vraag ze dan aan de balie.

Kerstboom rager (blauw)

Gebruik na de laatste poetsbeurt 's avonds de rager om de ruimte tussen de tanden en de draad goed schoon te maken. Buig de rager een beetje krom en schuif de rager onder de draad. Beweeg de rager tegen het slotje op en neer gedurende 5 tellen, druk daarna de rager in de spleet tussen je tanden en rager 5 tellen. Rager daarna tegen het andere slotje. Doe dit bij alle tussenuitruimten van je beugel. 1x per dag rageren is voldoende. Spoel na gebruik de rager af onder de hete kraan en zet hem in een bekertje te drogen. En rager gaat ongeveer 3 weken mee.

Zijn de meegegeven ragers versleten dan kun je aan de balie nieuwe vragen. Je betaalt de inkoopprijs.

Controles

De beugel wordt elke maand door ons gecontroleerd. De elastiekjes die om de slotjes zitten worden vervangen en ook de metalen draad wordt regelmatig vervangen voor een dikkere. Elke keer vertellen we hoe het met je tanden en kiezen gaat en kijken we of je mond en je beugel schoon zijn. Als je zelf vragen hebt over je beugel of je mond dan kun je die tijdens de controle altijd stellen.

Kapot

Er kan altijd iets stuk gaan aan een vaste beugel. Bel dan voor een afspraak om de beugel te repareren. Wacht niet tot de volgende afspraak, vaak hebben we dan geen tijd om naast de beugelcontrole ook de reparatie uit te voeren. Gebeurt er in het weekend iets met je beugel en het is niet pijnlijk, wacht dan tot maandag en bel voor een afspraak. Doet het wel pijn omdat bijvoorbeeld een draad in je wang prikt, bel dan de weekenddienst, of knip af met een nagelknipper. Aan reparaties zijn wel kosten verbonden.

Veel succes!

Tandartsenpraktijk Adding

Heeft u nog vragen? Mail dan naar praktijk@adding.nl of bel 0516-513739.