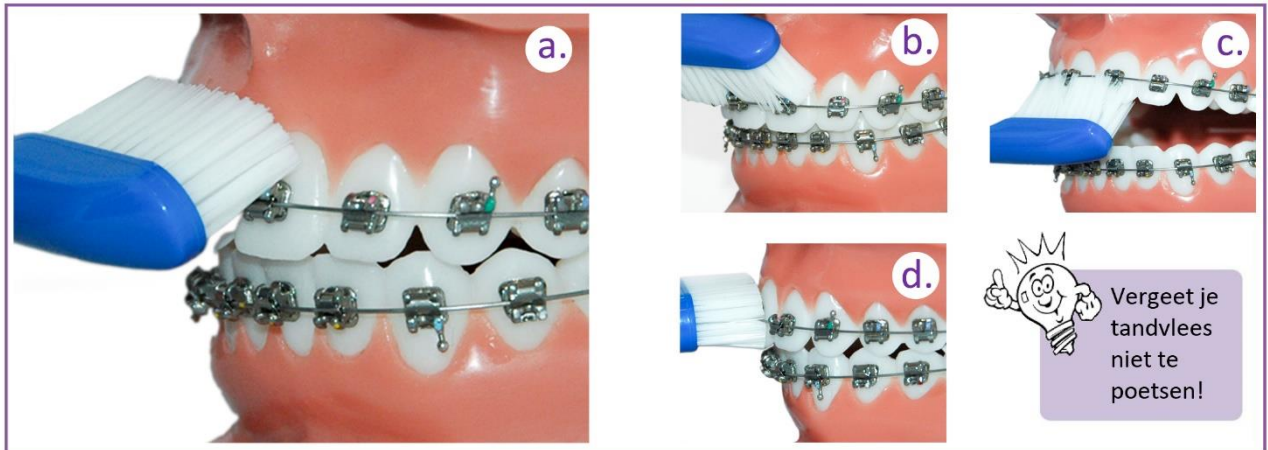


## DE TANDENBORSTEL DIE IN DE KIT ZIT IS OM HIER TE POETSEN, NIET VOOR THUISGEBRUIK!

Goed poetsen is belangrijk voor ieder gebit, of je nu een beugel draagt of niet. Je wilt gaatjes en ontstoken tandvlees voorkomen en mooie witte tanden behouden. Poets minimaal drie keer per dag gedurende 4 minuten zorgvuldig je tanden: 1) na het ontbijt 2) na schooltijd/lunch 3) voor het slapen gaan.

### 1) Poetsen: buitenkant boven- en onderkaak



- Houd een vaste volgorde aan: tandvlees (a),
- bovenkant slotjes (b),
- onderkant slotjes (c),
- voorkant slotjes (d)
- Zet je tandenborstel schuin op je gebit
- Poets ook je tandvlees mee!
- Maak korte bewegingen
- Druk niet te hard
- Poets ook goed tussen en in de slotjes

### 2) Ragertje & controleren



- Gebruik een ragertje van 3-5 mm dik om bij de lastige plekjes (onder de draad en tussen de slotjes) te komen. Kijk na het poetsen in de spiegel of er niets is achtergebleven en je tanden en beugel weer mooi glimmen.

### 3) Mondspoeling

Spoel 's avonds na het poetsen gedurende 2 minuten met 10 a 15 ml Fluor.aid. Dit versterkt het tandglazuur en voorkomt cariës (gaaies) Na het spoelen niet meer eten of drinken! Je krijgt een recept van ons mee. Deze mondspoeling is verkrijgbaar bij de apotheek of bestel je via internet.



A. Jonker - Derks  
A. A.P. Renkema  
orthodontisten

Onderstaande informatie is ook te lezen op onze website [www.orthodontistenmeppel.nl](http://www.orthodontistenmeppel.nl)

## DE VASTE BEUGEL

Na het plaatsen en bijstellen van de vaste beugel kunnen je tanden en kiezen gevoelig zijn; dit is in meestal binnen een week over. Mocht je echt veel last hebben kun je een paracetamol nemen. De brackets (slotjes) kunnen vlak na het plaatsen van je beugel nog wat ruw aanvoelen. Hierdoor kunnen kleine irritaties of blaren aan wangen, tandvlees of lippen ontstaan. Binnen een paar dagen verdwijnen de irritaties vanzelf. **De scherpe delen van je beugel kun je eventueel met een bolletje was bedekken**

Als je niet voorzichtig bent kunnen de slotjes los gaan en de dunne draden kunnen breken of verbuigen. Je moet daarom hard en kleverig voedsel vermijden. **Kauwgom, noten, toffees, drop, mentos, Haribo-snoep, en vergelijkbare zaken mag je niet eten.** Je kan geen harde appels en wortels afhappen; eerst in kleine stukjes snijden. Door het bijten op een pen of een potlood kan de beugel ook kapot gaan!



Je hebt een recept voor **fluor.aid mondspoeling** meegekregen. Het is belangrijk dat je de hele beugelbehandeling 1x daags je mond spoelt met deze vloeistof.

**Bel op werkdagen altijd als er iets kapot is (bijvoorbeeld een losse band of een los slotje).** Ook al heb je dezelfde dag of binnenkort een afspraak. Dit is noodzakelijk omdat er voor de reparatie extra tijd ingepland moet worden. Als er niet gebeld is, dan is de kans groot dat er voor de reparatie een nieuwe afspraak gemaakt moet worden. Het losse slotje meenemen naar de afspraak. We beoordelen dan of we deze kunnen hergebruiken, dat scheelt je techniekkosten. Als er tijdens het plaatsen vocht (speeksel) tussen de lijm en de tand/kies gekomen is, dan kan het zijn dat het slotje vlak na het plaatsen van de beugel al los komt. Wacht dan niet tot de volgende afspraak maar bel met de praktijk.

### **Wanneer zijn we bereikbaar.**

Op werkdagen zijn wij telefonisch bereikbaar van 8.30-10.00 uur en van 13.00-14.45 uur op nummer 0522 - 26 04 04.