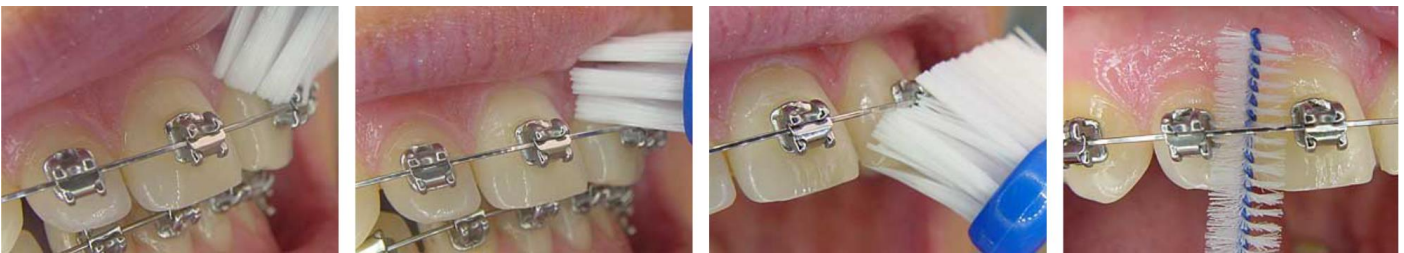


## DE VASTE SLOTJESBEUGEL

Vandaag is je vaste slotjes beugel geplaatst. Door de slotjes is een draad geplaatst en door de spanning van deze draad kunnen je tanden en kiezen de eerste paar dagen gevoelig worden, vooral tijdens het eten. Voor gevoelige plekkjes in de mond heb je was gekregen om tijdelijk op uitsteeksels van de beugel te plakken.

Om te voorkomen dat er draden en slotjes kapot gaan, adviseren wij geen **harde** etenswaren, zoals stokbrood, chocolade, appels of pizza af te bijten. Ook taai, kleverig snoepgoed, zoals drop, kauwgom en winegums raden wij af om te kauwen. Als er toch iets los of kapot gaat, neem dan **ALTIJD** contact op met de praktijk om een afspraak te maken, zelfs al heb je die dag een controleafspraak. Soms hebben we meer tijd nodig voor je. Zie ook [www.orthotan.nl](http://www.orthotan.nl) (spoedhulp). Een los slotje wat er helemaal af is, indien mogelijk, bewaren en meenemen naar je afspraak. Losse slotjes worden niet gerepareerd tijdens het **inlooppmoment**. Hier dient een aparte afspraak voor ingepland te worden.

Als je niet meer weet wanneer je afspraak is, zoek je afspraak dan via 'AFSPRAKEN CHECK' op onze website op.



Poetsen met een vaste slotjes beugel kost meer tijd, moeite en aandacht dan gewoonlijk. Poets 's morgens na het ontbijt, na de lunch/ na school en voor het slapen gaan. Zorg dat je met een gepoetst gebit op je afspraak komt; eventueel is daar op de praktijk nog gelegenheid voor. Om gaatjes, vlekjes en erosie (het oplossen van tandglazuur door inwerking van zuur) te voorkomen, adviseren wij ook maximaal 6 eet- of drinkmomenten per dag. Vooral frisdrank, sportdrank, sapjes en siroop (met of zonder koolzuur, ook light!) zijn erg erosief. Water, thee zonder suiker en melk mag altijd. Fluoride is mogelijk op recept. Een recept voor een fluoridespoeling schrijven wij uit op indicatie bij patiënten waar het niet goed gaat. Deze fluoridespoeling gebruik je buiten je poetsmomenten om.

### Zuurhoudende voedingsmiddelen bevorderen tanderosie



\* Zwarte-, groene- en thee met fruitsmaakjes zijn veilig voor het gebit.  
Theesoorten op basis van kruiden, bloemen of natuurlijke fruitextracten kunnen net zo zuur zijn als frisdranken.

BRON: voedingscentrum

Bij bepaalde sporten, zoals hockey en vechtsporten, raden wij het dragen van een **gebtsbeschermer** aan. Te koop bij sportwinkels. Hoe beter je je best doet met de beugel en alle adviezen en instructies, des te mooier wordt het eindresultaat en des te sneller ben je van de beugel af.