



mondzorgvoorkids.nl



Informatie voor ouders over mondzorg bij kinderen

Tanden poetsen

Met welke borstel kun je het beste poetsen?

Koop een tandenborstel met zachte haren, want een harde tandenborstel kan het tandglazuur en het tandvlees beschadigen. Een tandenborstel hoeft niet duur te zijn. Vervang de tandenborstel elke 3 maanden of eerder, wanneer de haartjes uit elkaar gaan staan. Als de haartjes al eerder uit elkaar gaan staan kan het zijn dat je te hard poetst. Vanaf ongeveer 3 jaar kan je eventueel ook een elektrische tandenborstel gebruiken.

Welke tandpasta?

Er zijn verschillende soorten tandpasta. Het merk maakt niet uit, maar kijk wel even of er fluoride in de tandpasta zit. Fluoride maakt tanden namelijk sterker. Kies een tandpasta die past bij de leeftijd van je kind.

Als je kind geen tandpasta meer doorslikt, kan je 'gewone' tandpasta gebruiken.

Je hebt trouwens maar een klein beetje tandpasta nodig.

Goed poetsen

Het beste is om tanden te poetsen in een vaste volgorde om te voorkomen dat je geen plekjes over slaat.

Begin bijvoorbeeld eerst boven bij de achterste kiezen en zo helemaal rond. Poets eerst de binnenkant, dan de buitenkant en als laatste boven op de kiezen. Doe de ondertanden op dezelfde manier.

Poets de tanden van links naar rechts (niet van boven naar beneden) en poets het tandvlees zachtjes mee.

Poets minimaal 2 minuten: 1 minuut boven en 1 minuut onder.

Hoe vaak moet je poetsen?

Zodra de eerste tandjes doorkomen kan je al beginnen met 1 keer per dag poetsen met een echte tandenborstel. Vanaf de leeftijd van 2 jaar is het belangrijk minimaal 2 keer per dag te poetsen: 's ochtends na het ontbijt en 's avonds voor het slapen.

Als je kind 's ochtends ontbijt met iets zuurs als sap of yoghurt, dan kan je beter vóór het ontbijt poetsen.

Na-poetsen

Poets je kind tot 10 jaar nog even na voor het slapen gaan.

Wanneer je kind 5 of 6 jaar is, komen er achterin al blijvende kiezen door. Deze kiezen hebben vaak diepe smalle groeven waar voedselresten en bacteriën in kunnen blijven zitten en zijn extra kwetsbaar.

Het is belangrijk om deze kiezen goed schoon te poetsen.

Waarom is een gezond melkgebit belangrijk?

Een gezond melkgebit is de basis voor een gezond blijvend gebit én jong geleerd is oud gedaan.

Het gebit is belangrijk voor je kind om goed te kunnen eten en om te kunnen praten.

Het melkgebit heeft een zachtere glazuurlaag dan het blijvend gebit, waardoor sneller gaatjes ontstaan.

Dit kan pijn in de mond veroorzaken en ervoor zorgen dat het kind zich niet lekker voelt, slecht slaapt en zich niet goed kan concentreren op school.

Wanneer melktanden of -kiezen vroeg verloren gaan, duurt het soms langer voordat blijvende tanden en kiezen doorkomen, waardoor een kind langer dan nodig tanden moet missen.

Voeding en gezonde tanden

Eten en tussendoortjes

Leer je kind wennen aan 7 eet- en drinkmomenten (inclusief maaltijden) per dag en laat minimaal 2 uur tijd tussen deze momenten bestaan. In voeding en populaire drinkpakjes zitten namelijk zuren en suikers die het glazuur zachter maken direct na het eten en drinken.

Het helpt om met je kind vaste momenten af te spreken voor een tussendoortje. Natuurlijk is iets als nootjes, een stukje komkommer of een snoeptomaatje een betere keuze dan snoep.

Als jouw kind mag snoepen, geef dan alsjeblieft geen zure mat, lolly of kauwgom met suiker.

Leg je kind uit dat te vaak en te veel zoet niet goed is.

Drinken

Zoete drankjes als sap, fris en aanmaaklimonade tasten het tandglazuur aan, dus beperk deze drankjes.

Leer je kind water drinken want water is niet alleen gezond, maar het helpt ook je gebit schoon te houden.

Thee zonder suiker of honing is een goed alternatief. Probeer eens thee met een smaakje.

Heeft je kind 's avonds of 's nachts na het poetsen dorst, geef dan alléén water en geen melk meer.

Invloed van medicijnen

Vloeibare medicijnen voor kinderen bevatten vaak suikers. Als je kind medicijnen moet gebruiken, vraag de huisarts of apotheek naar suikervrije alternatieven of spoel na met water.

Na een astma-pufje is het ook goed de mond altijd even te spoelen met water.

Met je kind naar de tandarts

De tandarts

Een bezoek aan de tandarts kan best spannend zijn, voor je kind maar ook voor jou als ouder wanneer je zelf geen fijne ervaring bij de tandarts hebt (gehad). Een kindertandarts zoals JTV Mondzorg voor Kids heeft personeel dat ingespeeld is op de gevoelens van je kind en is expert in het kindergebbit.

Moet er een behandeling plaatsvinden bij je kind zoals een gaatje vullen? Laat de tandarts de behandeling goed uitleggen en geef je kind de ruimte om vragen te stellen aan de tandarts.

We zullen bijvoorbeeld uitleggen dat 'een tand of kies ziek is en beter gemaakt moet worden'.

Een verdoving noemen we 'slaapdruppeltjes' en een haakje noemen we 'een aanwijsstokje'.

Gratis

Voor kinderen tot 18 jaar vergoedt de basisverzekering zowel de controles en tandartsbehandelingen als het vervoer van school naar de tandarts. Wij sturen de rekening direct naar uw zorgverzekering. Het kost u dus niets.

JTV Mondzorg voor Kids

JTV Mondzorg voor Kids is een stichting zonder winstoogmerk.

Wij kijken niet op de klok en nemen de tijd om met je kind te praten en uit te leggen wat wij doen.

Door onze kindvriendelijke benadering leren kinderen dat het heel gewoon is om naar de tandarts te gaan.

Na afloop krijgt je kind altijd een klein cadeautje en een tandenborstel.

Wij vinden preventie heel belangrijk en hebben daarom naast (kinder-)tandartsen ook mondhygiënist en preventie-assistenten in dienst.

Eventuele winst investeren wij in verbetering van onze kwaliteit. Voor röntgenfoto's werken wij met sensoren in plaats van de traditionele fosforplaatjes waardoor de stralingsbelasting veel lager is.

Ook werken wij met QLF-techniek waarmee wij mondfoto's kunnen maken die precies laten zien welke tanden en kiezen meer aandacht nodig hebben bij het poetsen.

Haal- en brengservice via school

Vanaf het eerste tandje kan je als ouder of verzorger met je kleintje bij ons terecht.

Vanaf 4 jaar kan je ervoor kiezen om zelf met de kinderen te blijven komen of je kind met school te laten gaan.

De kinderen worden dan in groepjes door onze 2 begeleiders uit de klas gehaald en met een busje naar de praktijk vervoerd, waar de controle en eventuele behandeling plaatsvindt. Kinderen vinden het vaak leuk om samen met hun klasgenootjes te komen. Bij bijzonderheden bellen wij met de ouders / verzorgers.

Onze zorg bestaat uit:

- 2 x per jaar controle
- Poetsinstructie & gebitsreiniging
- Voedingsvoorlichting
- Preventieve behandelingen zoals het aanbrengen van beschermende laklaagjes (sealant) en fluoridebehandeling
- Behandelen van gaatjes in het blijvend gebit maar ook in het melkgebit om daarmee een gezonde basis te leggen voor het blijvende gebit later
- Aandacht voor de ontwikkeling van het gebit en de groei van de kaken. Indien nodig wordt op tijd doorverwezen naar een logopedist of orthodontist (beugeltandarts)
- Hulp bij alle tussentijdse pijnklachten en bij valpartijen

JTV Mondzorg voor Kids Rotterdam

📍 Beukelsdijk 107-109 📞 010-4116960

📍 Rusthoflaan 26 📞 010-2140733

 <https://mondzorgvoorkids.nl/>

 <https://www.facebook.com/JTVRotterdam/>

 https://www.instagram.com/jtvmondzorgvoorkids_rotterdam/