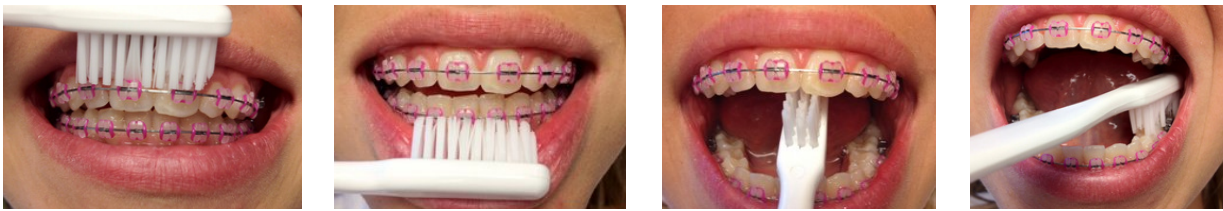




Tandenpoetsen met blokjes.

Met blokjes op je tanden is het een beetje moeilijker om je tanden te poetsen. Het is nochtans belangrijk dat je het grondig doet. Wanneer er immers etensresten en plaque rond de blokjes achterblijven is de kans op witte vlekken en gaatjes groter.

Het is van groot belang om met blokjes na elke maaltijd, dus minstens 3 keer per dag te poetsen.



Begin met het poetsen boven het blokje, het is belangrijk om ook je tandvlees gezond te houden.

Daarna poets je de blokjes zelf door de borstel loodrecht op de blokjes te plaatsen en draaiende bewegingen te maken.

Nadien poets je het gedeelte van de tand onder de blokjes onder een hoek van 45° en dit weer met draaiende bewegingen.

Vergeet nadien ook niet je kauwvlakjes en de binnenzijde van de tanden grondig te poetsen, hier blijven vaak plaque en etensresten hangen.

Je mag zowel MANUEEL als ELEKTRISCH poetsen. Maar onze voorkeur gaat uit naar een elektrische tandenborstel.

Je tandpasta moet fluor bevatten. Maar welke tandpasta je gebruikt maakt niet uit, je mag zelf kiezen welke smaak je verkiest.



Na het poetsen van de blokjes en de tanden is het ook belangrijk om onder de draadjes goed proper te maken.

Hiervoor gebruik je een klein interdentaal borsteltje.

Deze zijn ook verkrijgbaar bij de apotheek.

Je plaats het borsteltje onder je draadje bovenaan met het puntje naar de mondopening toe en beweegt het borsteltje van boven naar onder en van links naar rechts. Herhaal dit aan de onderkant.

Na het poetsen 's avonds is het aangeraden om nog even met een mondspoelmiddelje extra te reinigen.



De eerste dagen na het plaatsen van je blokjes kunnen je tanden erg gevoelig zijn.
Deze gevoeligheid kan 3-5 dagen duren.
Deze gevoeligheid hoort erbij en gaat vanzelf weer weg.

Het bijten en kauwen zal onaangenaam zijn in het begin. Ook dit gaat vanzelf weg.

De blokjes kunnen de wang en tong irriteren.

Als je een wondje hebt kan je een klein bolletje was op het blokje plaatsen dat de irritatie veroorzaakt.
Als je meer was wilt mag je deze altijd aan de balie vragen.

Als je dichtbijt kan het zijn dat je tanden en kiezen niet meer op elkaar komen zoals je gewend was, ook dat is normaal.

Het is afgeraden om frisdrank te drinken. Vermijd plakkerige en zoete dingen. Harde zaken mag je eten maar kan je beter in stukjes snijden ipv met je snijtanden af te bijten.

Als er 1 blokje lost hoeft je niet meteen naar de praktijk te komen.

Je mag deze laten hangen tot je volgende afspraak. Probeer er niet aan te prullen.

Zijn er meerdere los, vragen we je om te bellen en een afspraak te maken zodat we deze kunnen terugplaatsen.

6 maandelijks controles bij de tandarts blijven gewoon doorlopen tijdens de behandeling.

Veel succes!

het churchill-ortho team