TANDARTSPRAKTIJK
DIEVER



Patiëntinformatie · Dagelijkse verzorging

Mondspoelmiddelen

Wanneer spoelen zinvol is

In de winkel staan veel soorten mondspoelmiddelen. De meeste mensen hebben er geen nodig. Soms kan een spoelmiddel wel helpen, als aanvulling op poetsen. Hier leest u wanneer.

Kruisstraat 2 · 7981 AR Diever
0521 - 59 28 90 · tandartspraktijkdiever.nl

Heeft u een mondspoelmiddel nodig?

Meestal niet. U houdt uw mond gezond door twee keer per dag te poetsen met fluoridetandpasta. Daarnaast reinigt u één keer per dag tussen uw tanden.

In sommige situaties kan uw tandarts een spoelmiddel adviseren. Bijvoorbeeld als u meer kans heeft op gaatjes (cariës), na een behandeling van het tandvlees of als poetsen tijdelijk niet goed lukt. U kunt ook zelf voor een spoelmiddel kiezen, omdat u de frisse smaak prettig vindt. Dat kan geen kwaad, zolang u gewoon blijft poetsen.

Welke soorten zijn er?

Spoelmiddelen hebben verschillende werkzame stoffen. Kijk daarom op de verpakking waarvoor een middel bedoeld is.

- Met fluoride: maakt het glazuur sterker. Zinvol bij meer kans op gaatjes, bijvoorbeeld met een vaste beugel, een droge mond, beginnende gaatjes of blootliggende tandhalzen.
- Met chloorhexidine: remt bacteriën sterk. Voor korte tijd, bijvoorbeeld na een tandvleesbehandeling of een ingreep in de mond. Alleen op advies van uw tandarts.
- Tegen tandplak: kan helpen de vorming van tandplak te remmen en het tandvlees wat gezonder te houden. Altijd als aanvulling op poetsen.
- Tegen een slechte adem: werkt vooral tegen bacteriën achter op de tong. Een tongschraper helpt daar ook bij.
- Tegen een droge mond: speciale vloeistoffen of gels die de mond vochtig houden. Ze vervangen speeksel voor even.

Waar let u op bij chloorhexidine?

Chloorhexidine werkt goed, maar is niet bedoeld voor dagelijks gebruik op lange termijn. Het kan bruine verkleuringen geven op tanden, vullingen en tong. De smaak kan tijdelijk veranderen. Soms voelt het slijmvlies branderig.

Gebruik het daarom alleen zo lang als uw tandarts adviseert. Wilt u het zonder advies gebruiken? Overleg dan eerst met ons.

Hoe gebruikt u een spoelmiddel?

Volg de gebruiksaanwijzing op de verpakking of het advies van uw tandarts. Daar staat hoeveel, hoe lang en hoe vaak u spoelt.

Spoel na het spoelmiddel niet na met water. Dan spoelt u de werkzame stof weer weg. Een fluoridespoelmiddel kunt u het best op een ander moment gebruiken dan uw poetsbeurten, bijvoorbeeld na de lunch. Zo krijgen uw tanden vaker fluoride.

Wat kunt u zelf doen?

- Blijf twee keer per dag poetsen, ook als u spoelt.
- Kies een spoelmiddel dat past bij uw doel, niet alleen bij de smaak.
- Twijfelt u over alcohol in mondwater? Kies dan een alcoholvrije variant.
- Gebruik bij jonge kinderen geen spoelmiddel zonder advies van uw tandarts.

Wanneer belt u ons?

- U heeft ondanks spoelen een slechte adem of een vieze smaak in uw mond.
- Uw tandvlees blijft bloeden, ook als u goed poetst en spoelt.
- U ziet verkleuringen na gebruik van een spoelmiddel.
- U wilt weten of een spoelmiddel voor u zinvol is.

Spoed buiten openingstijden? Bel 0900 - 8602.

Veelgestelde vragen

Helpt een spoelmiddel tegen een slechte adem?

Het verfrist uw mond, maar vaak maar kort. Een slechte adem heeft meestal een oorzaak in de mond, zoals tandplak op de tong of ontstoken tandvlees. Die kunnen wij met u opsporen.

Is mondwater met alcohol schadelijk?

Onderzoek geeft daarover geen eenduidig antwoord. Wilt u geen risico nemen, kies dan een middel zonder alcohol. Bij een droge mond raden wij alcoholvrij aan, omdat alcohol de mond verder kan uitdrogen.

Is spoelen met water na het eten zinvol?

Het spoelt etensresten weg. Het beschermt uw tanden verder niet. Water drinken na het eten kan dus prima, maar het vervangt geen poetsbeurt.

Tandartspraktijk Diever

Uw tandarts in het centrum van Diever

Wij bespreken graag of een spoelmiddel iets toevoegt in uw situatie. Zo nodig schrijven wij het op, zodat u weet welk type u kiest en hoe lang.

Zo verloopt uw afspraak

1. **U vertelt wat er speelt.** Een klacht, een vraag of gewoon de controle. Daar beginnen we.
2. **We onderzoeken en leggen uit.** U hoort direct wat we zien en of er iets moet gebeuren.
3. **U krijgt opties en kosten.** Bij een grotere behandeling krijgt u de stappen, alternatieven en kosten vooraf op papier.
4. **U beslist zelf.** Daarna plannen we de behandeling en de nazorg.

Alles onder één dak

Algemene tandheelkunde, implantologie en een eigen tandtechnisch lab zitten in hetzelfde pand. Tandarts en technicus stemmen vorm, kleur en pasvorm samen af.

Mijn vragen voor de tandarts

Schrijf op wat u wilt vragen. Neem deze folder mee naar uw afspraak.

Mijn afspraken

Kunt u niet komen? Zeg uw afspraak minimaal 48 uur van tevoren af.

Datum en tijd	Bij wie	Waarvoor

TANDARTSPRAKTIJK
DIEVER

In het kort

- Een spoelmiddel vervangt nooit het poetsen en het reinigen tussen de tanden.
- Niet iedereen heeft een spoelmiddel nodig.
- Elk type spoelmiddel heeft een ander doel.
- Gebruik een spoelmiddel met chloorhexidine alleen kort en op advies.

Vragen? We denken graag mee.

Tandartspraktijk Diever

Telefoon	**0521 - 59 28 90**
Geopend	Maandag t/m donderdag 08:00 – 16:30 uur, vrijdag op afspraak
Adres	Kruisstraat 2, 7981 AR Diever
Spoed	Buiten openingstijden: 0900 - 8602

Lees meer online
Scan de code of ga naar tandartspraktijkdiever.nl/mondspoelmiddelen.html. Daar vindt u ook veelgestelde vragen.