TANDARTSPRAKTIJK
DIEVER



Patiëntinformatie · Klachten herkennen

Ontstoken tandvlees

Gingivitis en parodontitis herkennen

Bloedend, rood of gezwollen tandvlees is meestal ontstoken tandvlees (gingivitis). Het komt veel voor en herstelt vaak goed met de juiste dagelijkse verzorging. Hier leest u hoe u het herkent, wat u zelf doet en wanneer u ons belt.

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

Hoe ziet gezond tandvlees eruit?

Gezond tandvlees is roze en stevig. Het sluit strak aan om uw tanden en kiezen. Het bloedt niet als u poetst of eet.

Het tandvlees vormt samen met het kaakbot en kleine vezels de basis onder uw gebit. Blijft die basis gezond, dan houdt u uw eigen tanden en kiezen langer.

Hoe herkent u ontstoken tandvlees?

Ontstoken tandvlees doet meestal weinig pijn. Soms is er zelfs niets van te zien. Bij de controle kan uw tandarts het wel vaststellen. Let zelf op deze signalen:

- tandvlees dat bloedt bij poetsen, bij tandenstokers of ragers of bij het bijten in een appel
- rood of gezwollen tandvlees
- tandvlees dat gevoelig is als u het aanraakt
- een vieze smaak in de mond of een slechte adem

Hoe ontstaat ontstoken tandvlees?

De oorzaak is tandplak. Dat is een zacht, kleverig laagje bacteriën dat zich steeds opnieuw op uw tanden vormt. Het blijft vooral langs de tandvleesrand en tussen de tanden zitten. Uw tandvlees reageert op die bacteriën met een ontsteking.

Tandplak die blijft zitten, kan hard worden. Dat heet tandsteen. Tandsteen kunt u niet zelf wegpoetsen. Het is ruw, waardoor nieuwe tandplak er makkelijk aan blijft plakken.

Sommige omstandigheden maken de kans op ontstoken tandvlees groter:

- roken: het tandvlees bloedt dan minder, waardoor een ontsteking minder opvalt en slechter herstelt
- diabetes, vooral als de bloedsuiker niet goed is ingesteld
- zwangerschap: door de hormonen reageert het tandvlees sterker op tandplak
- langdurige stress, omdat uw afweer dan minder goed werkt

Wat is parodontitis?

Blijft een ontsteking lang bestaan, dan kan die dieper gaan. Het tandvlees laat dan los van de tand. Tussen tand en tandvlees ontstaat een diepere ruimte: een pocket. Daarin hopen tandplak en tandsteen zich op. Deze diepere ontsteking heet parodontitis.

Bij parodontitis gaan de vezels en het kaakbot rond de tand langzaam verloren. Het tandvlees kan zich terugtrekken, waardoor tandhalzen gevoelig worden en makkelijker gaatjes (cariës) krijgen. Later kunnen tanden los gaan staan of verschuiven. Verloren kaakbot groeit niet terug.

Parodontitis doet vaak lang geen pijn. Bij de controle meet uw tandarts met een dun meetstaafje hoe diep de pockets zijn. Zo is te zien hoe ernstig de ontsteking is.

Hoe wordt ontstoken tandvlees behandeld?

Gingivitis herstelt meestal helemaal als de tandplak elke dag weg is. Bij parodontitis kan de ontsteking tot rust komen. Het tandvlees kan daarbij wel iets terugtrekken. Bij ernstige parodontitis verwijzen wij u zo nodig door naar een specialist.

1. **Onderzoek.** Uw tandarts meet zo nodig de pockets. Soms zijn röntgenfoto's nodig om het kaakbot te beoordelen.

2. **Reinigen.** Wij verwijderen tandplak en tandsteen boven en onder het tandvlees. Dit heet een gebitsreiniging. Waar nodig verdoven we eerst.

3. **Uitleg voor thuis.** U krijgt uitleg over poetsen en schoonmaken tussen de tanden. Samen kijken we welke hulpmiddelen bij uw gebit passen.

4. **Nacontrole.** Na enige tijd kijken we of het tandvlees herstelt. Daarna spreken we af hoe vaak u terugkomt.

Wat kunt u zelf doen?

- Poets twee keer per dag twee minuten met fluoridetandpasta.
- Poets met een zachte tandenborstel en weinig druk.
- Maak elke dag de ruimtes tussen uw tanden schoon met tandenstokers, ragers of flossdraad.
- Stop niet als het tandvlees bloedt. Het bloeden wordt minder zodra de ontsteking afneemt.
- Rookt u? Stoppen helpt uw tandvlees herstellen. Hulp vindt u bij uw huisarts of op Ikstopnu.nl.

Wanneer belt u ons?

- Uw tandvlees blijft bloeden, ook na twee weken goed poetsen en schoonmaken tussen de tanden.
- Tanden of kiezen staan losser of verschuiven.
- Het tandvlees trekt zichtbaar terug.
- U heeft een pijnlijke zwelling of pus bij het tandvlees.

Spoed buiten openingstijden? Bel 0900 - 8602.

Veelgestelde vragen

Helpt een mondspoelmiddel tegen ontstoken tandvlees?

Een mondspoelmiddel vervangt poetsen en schoonmaken tussen de tanden niet. Sommige middelen kunnen tijdelijk helpen. Vraag ons welk middel in uw situatie zinvol is.

Ik poets goed, maar mijn tandvlees bloedt toch. Hoe kan dat?

Vaak zit de tandplak tussen de tanden, waar de tandenborstel niet komt. Ook tandsteen kan de oorzaak zijn. Laat het nakijken als het bloeden na twee weken niet minder wordt.

Tandartspraktijk Diever

Uw tandarts in het centrum van Diever

Wij beoordelen uw tandvlees bij elke controle en behandelen ontstoken tandvlees in onze eigen praktijk. Stellen we een behandeling voor, dan krijgt u de stappen, alternatieven en kosten vooraf op papier.

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.

TANDARTSPRAKTIJK
DIEVER

In het kort

- Tandvlees dat bloedt bij het poetsen, is meestal ontstoken.
- De oorzaak is tandplak: een laagje bacteriën op en tussen de tanden.
- Blijf juist goed poetsen en maak elke dag de ruimtes tussen uw tanden schoon.
- Een diepere ontsteking (parodontitis) voelt u vaak niet. Regelmatige controle is daarom belangrijk.

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/ontstoken-tandvlees.html. Daar vindt u ook veelgestelde vragen.