TANDARTSPRAKTIJK
DIEVER



Patiëntinformatie · Uw gezondheid en uw mond

Roken en uw mond

Wat roken en vapen doen

Roken is slecht voor hart en longen. Minder bekend is wat roken doet met uw mond. Het tast het tandvlees aan, maakt behandelingen minder succesvol en vergroot de kans op mondkanker. Stoppen heeft ook in uw mond snel effect.

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

Wat doet roken met uw tandvlees?

Rokers hebben vaak meer tandplak en tandsteen. Tandplak is een kleverig laagje bacteriën. Het veroorzaakt ontstoken tandvlees (gingivitis). Bij rokers is die ontsteking vaak ernstiger. Een behandeling slaat ook minder goed aan.

Nicotine vernauwt de bloedvaatjes in het tandvlees. Het tandvlees krijgt daardoor minder bloed en minder afweerstoffen. Het kan bacteriën slechter aan.

Door de nauwere bloedvaatjes bloedt ontstoken tandvlees bij rokers minder snel. Het lijkt dus gezond, terwijl het dat niet is. Zo kan een ontsteking lang onopgemerkt blijven. Op den duur kan het bot rond de tanden slinken. Tanden gaan dan los staan en kunnen verloren gaan.

Welke andere gevolgen heeft roken voor uw mond?

- Wondjes genezen langzamer, bijvoorbeeld na het trekken van een tand.
- Een implantaat (kunstwortel) groeit minder goed vast in het bot. De kans dat het mislukt is groter.
- Tanden, vullingen en een kunstgebit verkleuren. Die aanslag is lastig te verwijderen.
- U ruikt en proeft minder goed.
- Roken is een veelvoorkomende oorzaak van een slechte adem.
- De kans op mondkanker is groter. Samen met alcohol wordt die kans nog groter.

Is vapen of een e-sigaret beter voor uw mond?

Een e-sigaret verbrandt geen tabak. Er komen minder schadelijke stoffen vrij dan bij een sigaret. Toch is vapen niet onschuldig.

De meeste e-sigaretten bevatten nicotine. Die vernauwt ook dan de bloedvaatjes in het tandvlees. Vapen kan ook een droge mond geven. Wat vapen op lange termijn met de mond doet, is nog niet goed bekend. Wilt u uw mond beschermen, dan is helemaal stoppen het verstandigst.

Wat merkt u als u stopt?

Al na enkele weken is het effect zichtbaar in uw mond. De doorbloeding van het tandvlees herstelt. Het tandvlees gaat niet verder achteruit. Een tandvleesbehandeling heeft daarna meer effect.

Het kan zijn dat uw tandvlees de eerste tijd juist meer bloedt. Dat is een teken dat de doorbloeding terugkomt. Met goed poetsen en dagelijks reinigen tussen de tanden neemt het bloeden weer af. Ook uw reuk en smaak worden beter.

Waar vindt u hulp bij stoppen?

Stoppen lukt beter met hulp. Uw huisarts kan u begeleiden en zo nodig hulpmiddelen voorschrijven. Op Ikstopnu.nl van het Trimbos-instituut vindt u informatie en tips. Daar leest u ook welke vormen van gratis hulp er zijn.

Wat kunt u zelf doen?

- Poets twee keer per dag met fluoridetandpasta en reinig dagelijks tussen uw tanden.
- Kom regelmatig op controle. Tandvleesproblemen zijn bij rokers lastig zelf te zien.
- Kijk af en toe in uw mond, ook onder de tong en aan de binnenkant van de wangen.
- Vertel ons of u rookt of vapet. Dan kunnen wij daar rekening mee houden.

Wanneer belt u ons?

- U heeft een wondje, plekje of witte of rode vlek in uw mond dat na twee weken niet over is.
- Uw tanden voelen los of staan anders dan vroeger.
- Uw tandvlees trekt terug of u heeft een vieze smaak die niet weggaat.
- U denkt aan een implantaat en rookt.

Spoed buiten openingstijden? Bel 0900 - 8602.

Veelgestelde vragen

Kan ik als roker een implantaat krijgen?

Soms wel, maar de kans op problemen is groter. Wij bespreken vooraf eerlijk wat roken betekent voor uw behandeling. Stoppen vergroot de kans op een goed resultaat.

Maakt minder roken al verschil?

Minder roken is een goede stap, maar helemaal stoppen levert het meeste op voor uw mond en uw gezondheid.

Gaat de rookaanslag weg als ik stop?

Er komt geen nieuwe aanslag bij. Bestaande aanslag kan de tandarts bij een reiniging grotendeels verwijderen.

Tandartspraktijk Diever

Uw tandarts in het centrum van Diever

Wij letten bij rokers extra op het tandvlees en de slijmvliezen in de mond. Plaatsen wij een implantaat, dan bespreken wij vooraf de stappen, alternatieven en kosten op papier, ook wat roken daarbij betekent.

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

- Rokers hebben meer kans op ernstige tandvleesproblemen en verlies van tanden.
- Roken verbergt ontstoken tandvlees: het bloedt minder, maar is wel ziek.
- Stoppen met roken helpt uw mond al na enkele weken.
- Hulp bij stoppen vindt u bij uw huisarts of via Ikstopnu.nl.

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/roken.html. Daar vindt u ook veelgestelde vragen.