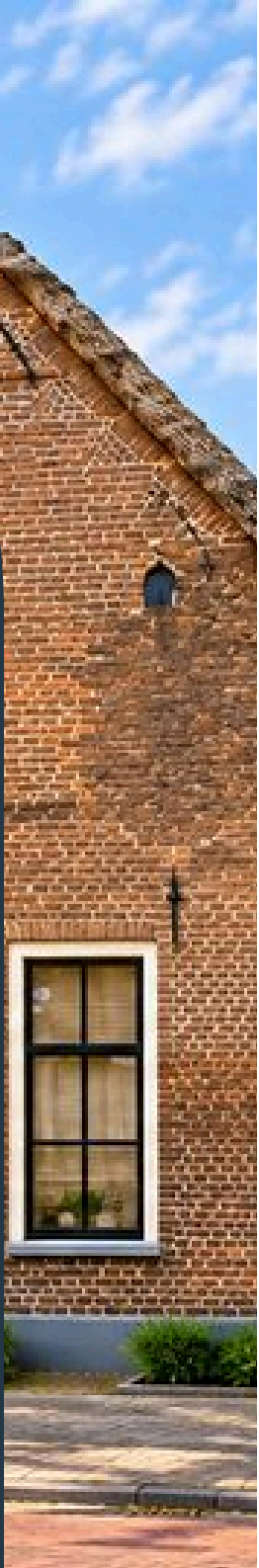
TANDARTSPRAKTIJK
DIEVER

Patiëntinformatie · Uw gezondheid en uw mond

Mondzorg bij een verstandelijke beperking

Voor ouders, begeleiders en verzorgers

Mensen met een verstandelijke beperking hebben vaker last van gaatjes en ontstoken tandvlees. Voor hun mondzorg zijn zij vaak afhankelijk van anderen. Deze informatie is voor ouders, begeleiders en verzorgers die daarbij helpen.



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

Waarom is er meer kans op mondproblemen?

Tandplak is een bijna onzichtbaar laagje bacteriën op de tanden. Blijft het zitten, dan ontstaan gaatjes (cariës) en ontstoken tandvlees (gingivitis). Bij mensen met een verstandelijke beperking spelen vaak extra dingen mee:

- Zacht of gemalen eten, of eten dat lang in de mond blijft. De mond maakt zichzelf dan minder goed schoon.
- Slappe of juist gespannen spieren in lippen, wangen en tong. Ook ademen door de mond speelt mee.
- Vaak sabbelen op een fles of beker met zoete drank.
- Reflux of het terugbrengen van maaginhoud. Maagzuur lost het glazuur op (tanderosie).
- Medicijnen die de mond droog maken of het tandvlees laten groeien, zoals sommige middelen tegen epilepsie.
- Tanden die scheef of dicht op elkaar staan, waardoor u er lastig bij kunt.
- Vallen door epilepsie of een onzeker evenwicht, waardoor tanden kunnen beschadigen.
- Bij het syndroom van Down komen slappe mondspieren, ademen door de mond en korte tandwortels vaak voor. Het tandvlees vraagt dan extra aandacht.

Hoe poetst u de tanden van een ander?

Met een goede houding gaat poetsen bij een ander beter. Kies een vast moment waarop u rustig de tijd heeft, bij voorkeur na het ontbijt en voor het slapen. Als begeleider draagt u daarbij handschoenen.

1. **Ga schuin achter de ander staan.** Laat uw kind of cliënt zitten. Staat u ervoor, dan ziet u slecht in de mond. Ligt iemand, kies dan een prettige houding en steun het hoofd, bijvoorbeeld met een opgerolde handdoek.

2. **Houd het hoofd rustig.** Houd het hoofd met uw arm tegen u aan. Duw met een vinger de wang opzij en met uw duim de lip.

3. **Poets in een vaste volgorde.** Begin aan de buitenkant van de bovenkaak. Dan de binnenkant, daarna de kauwvlakken. Doe de onderkaak op dezelfde manier. Poets tand voor tand, met weinig druk.

4. **Maak de tussenruimtes schoon.** Gebruik zo mogelijk één keer per dag een tandenstoker of rager. Vraag ons welke maat past en laat het voordoen.

Wat als poetsen moeilijk gaat?

Veel mensen draaien hun hoofd weg, bijten op de borstel of houden de mond dicht. Zoek uit wat bij deze persoon werkt en houd vast aan een herkenbaar ritueel.

- Buig het hoofd iets naar voren. De mond ontspant dan makkelijker. Met een lichte druk op de kin gaat de mond vaak open. Wij laten u graag zien hoe dat gaat.
- Een bijtblokje van rubber of zacht hout helpt soms om de mond open te houden.
- Kokhalst iemand snel of verslikt hij zich makkelijk? Poets dan zonder tandpasta van het midden naar achteren. Smeer daarna met uw vinger een beetje fluoridetandpasta op de tanden.

- Een elektrische tandenborstel met een kleine kop maakt poetsen vaak makkelijker. Geef ruim de tijd om te wennen. Lukt het niet, neem dan een zachte handborstel. Een kinderborstel mag ook bij volwassenen.
- Lukt poetsen helemaal niet? Overleg met ons. Soms is een middel met chloorhexidine een tijdelijke hulp. Dat kan de tanden wel verkleuren.

Wat helpt nog meer?

Gebruik altijd tandpasta met fluoride. Fluoride maakt het glazuur sterker. Spoelen hoeft niet en een beetje inslikken is geen probleem. Bij kinderen poetst u vanaf het eerste tandje twee keer per dag met peutertandpasta. Vanaf 5 jaar gebruikt u gewone fluoridetandpasta.

- Geef zoete drankjes in één keer, liefst uit een gewone beker. Geef tussendoor en ’s nachts alleen water.
- Houd het aantal eet- en drinkmomenten per dag beperkt.
- Is de mond droog door medicijnen? Vraag de arts of daar iets aan kan veranderen. Bij reflux kan de arts of diëtist adviseren.
- Bij veel zuigen, duimen of knarsen kunnen wij, een logopedist of een orthopedagoog meedenken.

Hoe verzorgt u een kunstgebit of implantaat?

Maak een kunstgebit elke dag schoon met een protheseborstel, water en milde vloeibare zeep. Gebruik geen tandpasta, want die schuurt. Werk boven een wasbak met water, zodat het gebit niet breekt als het valt. Poets ook het tandvlees en het gehemelte met een zachte tandenborstel. Laat het kunstgebit ’s nachts uit en bewaar het in een bakje water.

Wees voorzichtig met bruistabletten voor het kunstgebit. Iemand kan ze aanzien voor snoep. Inslikken is gevaarlijk. Bewaar ze buiten bereik.

Een implantaat (kunstwortel) houdt u schoon als een eigen tand. Poets twee keer per dag en maak de overgang naar het tandvlees goed schoon met een rager. Anders raakt het tandvlees rond het implantaat ontstoken.

Wanneer is bijzondere tandheelkunde nodig?

Kom regelmatig op controle, ook zonder klachten. Hoe vaak dat nodig is, spreken we per persoon af.

Soms lukt een behandeling in een gewone tandartsstoel niet goed. Bijvoorbeeld door angst, onrust of een medische situatie. Dan verwijzen wij door naar een centrum voor bijzondere tandheelkunde. Daar zijn tandartsen gewend aan mensen die extra zorg nodig hebben. U heeft daarvoor een verwijzing van de eigen tandarts nodig.

Hoe bereidt u een bezoek voor?

- Neem een actueel medicijnoverzicht mee.
- Vertel ons wat helpt om uw kind of cliënt rustig te houden.

Wanneer belt u ons?

- Een tand of kies is afgebroken, staat los of is eruit gevallen.
- Uw kind of cliënt wil ineens niet meer eten of kauwen.
- Het tandvlees bloedt veel of is dik en rood.
- Een kunstgebit geeft drukplekken of past niet meer.

Spoed buiten openingstijden? Bel 0900 - 8602.

Veelgestelde vragen

Mijn cliënt kan niet zeggen dat hij pijn heeft. Hoe merk ik het?

Let op veranderingen in gedrag. Denk aan slecht eten, onrust, een hand tegen de wang of het poetsen weigeren. Laat bij twijfel de mond nakijken.

Wat doe ik bij een ongeluk buiten openingstijden?

Bel de spoedlijn 0900 - 8602. Bewaar een losgeraakte blijvende tand in melk en pak hem vast aan de kroon, niet aan de wortel.

Hoe vaak vervang ik de tandenborstel?

Ongeveer elke drie maanden, of eerder als de haren uit elkaar gaan staan. Dat geldt ook voor een opzetborstel.

Tandartspraktijk Diever

Uw tandarts in het centrum van Diever

Wij bespreken met u wat uw kind of cliënt nodig heeft en laten zien hoe u thuis het beste kunt poetsen. Lukt behandeling bij ons niet goed, dan verwijzen wij u door. Bel ons op 0521 - 59 28 90.

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.

TANDARTSPRAKTIJK
DIEVER

In het kort

- Poets twee keer per dag met fluoridetandpasta. Lukt dat niet, dan is één keer goed beter dan twee keer half.
- Een vaste houding en een vast ritueel maken poetsen makkelijker.
- Kom regelmatig op controle, ook zonder klachten.
- Waar nodig verwijzen wij door naar een centrum voor bijzondere tandheelkunde.

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/verstandelijke-beperking.html. Daar vindt u ook veelgestelde vragen.