

### VASTE BEUGEL

Een vaste beugel bestaat uit kleine metalen onderdelen, die met lijm op je gebit worden bevestigd. Op de voortanden worden "brackets" op het glazuur geplakt. Om de kiezen worden "bandjes" bevestigd. Hierin passen de dunne, buigzame beugeldraden die zorgen, dat er spanning komt op je gebit.

### HET MAKEN VAN DE BEUGEL

Dit is een uitgebreide en tijdrovende klus. Er worden brackets op de tanden geplakt. Ook worden er beugeldraden aangebracht.

### KLACHTEN

In het begin worden de tanden en kiezen gevoelig door de spanning. Je kunt niet meer normaal bijten en kauwen en je voelt dat alles een beetje los gaat staan. Het is belangrijk om in deze periode je gebit zoveel mogelijk te ontzien. Eet de eerste 2 dagen dus alleen zacht voedsel (brood zonder korstjes, soep, puree, enz.). Gelukkig trekt het gevoel na een paar dagen weer weg. Ook kan de beugel in het begin blaartjes veroorzaken op je tong, lippen en wangen. Je krijgt "was" mee om de scherpe delen van de beugel af te dekken. Bij het eten en poetsen moet je de was eraf halen.

### MONDHYGIENE

Door de beugel is het schoonmaken van je gebit niet makkelijk. Tussen de brackets en langs het tandvlees blijven voedselresten achter en ontstaat "plaque". Als je dit niet wegpoetst, krijg je na een tijdje lelijke verkleuringen van het glazuur. Deze trekken na het uithalen van de beugel NIET weg! Het is dan ook erg belangrijk om je gebit PERFECT schoon te houden. Je krijgt hierover een uitgebreide folder met duidelijke plaatjes mee. Hang deze in het begin naast de wastafel op en lees hem regelmatig nog eens door.

Minstens 2 keer per dag goed poetsen en met de haren van je borstel tussen de beugeldraden en de tanden door prikken. Voordat je gaat slapen moet je met een "ragertje" ook nog alle tussenruimtes schoonmaken. Eén keer per week met fluoridegel poetsen om het glazuur maximaal te beschermen. Bij het plaatsen van de beugel krijg je een voorbeeldragertje en een fluoridegelrecept mee.

### ETEN

De beugel is kwetsbaar. De dunne beugeldraden verbuigen makkelijk en de lijm is niet sterk (anders krijgen we het er niet meer vanaf!). Je moet daarom hard en kleverig voedsel vermijden. Noten, toffees, drop, enz. zijn VERBODEN! Harde appels, rauwkost en stokbrood mag je niet afbijten maar kun je in stukjes wel eten. Frisdranken met conserveringsmiddelen (zoals cola!) veroorzaken verkleuring van het glazuur en die moet je dus laten staan. Het is erg frustrerend als bij het uithalen van de beugel het glazuur van de voortanden lelijk verkleurd blijkt te zijn. Voorkomen is beter dan genezen!

## BESCHADIGINGEN

Je begrijpt wel, dat je met een vaste beugel heel voorzichtig moet zijn. **Als er ondanks dat toch nog iets kapot gaat, moet je binnen een paar dagen contact opnemen.** Je krijgt dan een afspraak voor reparatie (en eventueel tegelijk controle). In de tussentijd kun je scherpe haakjes afdekken met de was (of suikervrije kauwgom). In uiterste nood kun je met een tangetje een uitstekende draad ombuigen of afknippen. Wees daar wel voorzichtig mee. LET WEL: als je niet van tevoren hebt gebeld, is er op een drukke controlemiddag soms geen tijd voor reparatie. **ALTIJD even bellen dus!**

## SEPAREREN

Soms krijg je bandjes om je kiezen. Om genoeg ruimte te maken voor de bandjes krijg je elastiekjes tussen je kiezen. Deze elastiekjes moeten een tijdje blijven zitten. Je mag er gewoon mee eten en je tanden poetsen. Alleen niet aan peuteren! Soms vallen ze er vanzelf tussenuit. Dit is een teken, dat ze zijn uitgewerkt. Je hoeft dan dus niet te bellen voor nieuwe elastiekjes.

## ELASTIEKEN

Vaak moet je elastieken dragen om tanden in de goede richting te verplaatsen. Meestal krijg je die pas na een paar maanden. Het is belangrijk, dat je ze dan altijd indoet, behalve met eten en poetsen. De elastieken gaan ongeveer een dag mee, daarna worden ze te slap en moet je ze vervangen. Als ze eerder breken of als je ze inslikt, natuurlijk direct nieuwe indoen. Je krijgt dan ook een flinke voorraad mee naar huis. Zorg ervoor, dat je ALTIJD reserve-elastieken bij je hebt (in je tas, etui, jaszak, enz.). Als je ziet, dat ze bijna op zijn, bel dan op tijd en geef door, welke elastieken je nodig hebt. We sturen dan een nieuwe voorraad over de post.

## TANDARTS

Tijdens de behandeling moet je de halfjaarlijkse bezoeken aan de tandarts natuurlijk gewoon door laten gaan. Juist in een periode, waarin je gebit extra wordt belast is nauwkeurige controle onmisbaar. Mocht de tandarts tijdens de beugelbehandeling iets ontdekken, dan wordt in overleg een deel van de beugel verwijderd en later weer teruggezet.

## WAT MAG JE WEL EN NIET MET JE PLAATJES BEUGEL?

Belangrijk is dat je de **eerste 2 dagen** na het plaatsen van de beugel heel voorzichtig doet met eten. Dit omdat de lijm nog niet volledig is uitgehard! **ZACHT VOEDSEL!**(soep enz.)

Het kan altijd gebeuren dat er iets los of kapot gaat aan de beugel, **GELIJK BELLEN!** Niet wachten tot de eerst volgende afspraak want dan is er geen tijd voor reparaties.

Eten en drinken: **al het eten dat hard** (of in kleine stukjes dan mag het wel b.v. stokbrood, appel) **en kleverig is, is verboden.** Drinken met koolzuur, conserveringsmiddelen en suiker zorgen voor verkleuring van het tandglazuur, dus ook verboden! (conserveringsmiddelen zitten in dranken die geopend buiten de koelkast bewaard kunnen worden.)

### WAT MAG WEL!

- |                        |               |                          |                    |
|------------------------|---------------|--------------------------|--------------------|
| - kauwgom (suikervrij) | -chocomelk    | - spa rood               | - bier             |
| - koffie               | - fristi      | - appelsap               | - wijn             |
| - thee                 | - taxi        | - jus 'd orange          | - siroop           |
| - melk                 | - dubbeldrank | - tandvriendelijke drank | - iso star/ poeder |

WAT MAG **NIET!**

- drop
- toffee
- lollies
- noten

- icetea
- red bull
- 7-up
- cola

- sinas/ sisi no bubbles
- cassis
- dubbelfris
- energie drankjes

- breezer
- spare ribs