



Instructies buitenboordbeugel/ lipbumper

De ringetjes om de kiezen waar de buisjes aan vastzitten en waar de beugel in past, zijn een extra belasting voor het gebit. Goed poetsen is nu dan ook belangrijker dan ooit. Zorg dat je overal goed tussen komt, vooral tussen buisje en tandvlees en controleer na afloop of het ringetje glimt: een mat ringetje wijst altijd op nog onvoldoende gepoetst.

In verband met de extra belasting van de beugel voor het gebit, raden wij beslist aan om als extra bescherming dagelijks met een fluoride-oplossing te spoelen.

Spoel elke avond (dus 1x per dag) na het tandenpoetsen, vóór het slapen gaan, met een klein slokje (5-10 cc) fluoride-oplossing gedurende tenminste 1 minuut (kijk in het begin op de klok: 1 minuut staan spoelen voor de wastafel is veel langer dan je denkt). Daarna de fluoride spoeling goed uitspuwen (niet inslikken!) en niet meer naspoelen. Het recept voor de fluoride-spoeling is voor 2 flessen. Als de tweede fles opraakt moet je zelf bij ons een nieuw recept vragen. Zolang er iets vast in je mond zit moet je dagelijks blijven spoelen.

In de orthodontie-brochure staat een heleboel algemene informatie over beugels. Lees die eventueel nog eens door.

Het belangrijkste om te onthouden is:

1. de beugel moet voldoende worden gedragen (instructies daarover zijn gegeven);
2. blijf naar de eigen tandarts gaan voor de halfjaarlijkse controles;
3. breng altijd je eigen tandenborstel mee bij afspraken hier (wij geven nu een nieuwe borstel, maar zorg zelf voor vervanging zodra nodig!);
4. bel ons altijd meteen op als er iets is met de beugel, ook al is het maar iets dat je niet helemaal vertrouwt; ook 's avonds, ook in het weekend en ook als er iets gebeurt vlak vóór een afspraak, zodat we kunnen controleren of dat extra werk, wat het altijd betekent, tussendoor kan worden

gedaan, of dat we beter een nieuwe afspraak kunnen maken. Als je ons belt op een moment dat het antwoordapparaat aanstaat, neem dan alle tijd om aan dat apparaat te vertellen wie je bent, wat er aan de hand is en waar je te bereiken bent, dan bellen wij terug. Wij bellen (via een code) dat antwoordapparaat regelmatig op om te horen wat erop staat en als het echt nodig is bellen wij gauw terug. Er is altijd spoedig contact mogelijk. Meestal echter zullen wij de eerstvolgende werkdag contact opnemen, omdat echt dringende hulp voor orthodontie gelukkig zelden nodig is.

We geven wat was mee om, als dat echt nodig is, scherpe kantjes van de buisjes op de ringetjes mee te kunnen afdekken.

Dat blijft niet zo lang zitten. Als het eraf is, mag het er gewoon opnieuw op worden gedaan; dat mag zo vaak herhaald worden als je zelf nodig vindt. Ruim voordat de was op is heb je geen last meer van de scherpe kantjes. De wangen hebben zich dan aangepast, net zoals je eelt op je handen kunt krijgen.

Doe de was er dus niet bij voorbaat op, want dan ontnemen je de kans aan de wangen om zich aan te passen: de was is er alleen voor geval van nood.

Als je pech hebt kunnen de kiezen waar de ringetjes op zitten in het begin wat gevoelig zijn, zowel na het indoen van de beugel als na het uitdoen: door de verandering van druk op de kiezen. Daar is weinig aan te doen en het gaat ook vanzelf weer over.

Als een buitenboordbeugel veel en lang is gedragen, zullen de kiezen, waar deze beugel aan vast zit, wat los gaan staan. Dat hoort erbij! De beweeglijkheid van deze kiezen is voor ons zelfs informatie hoe goed de beugel wordt gedragen.

Buitenboordbeugels en lipbumpers moeten uit bij sport en wild spel: voorkom de kans dat je er een klap tegen krijgt of ergens achter blijft haken.

Met de buitenboordbeugel moet je er rekening mee houden dat je de eerste paar nachten af en toe wakker zult worden omdat je je lighouding moet vinden.

Na 2-3 nachten is dat in de regel gewend.

Verder gaat het leven met deze beugels gewoon door, behalve:

1. het gebruik van kleverig, taai snoep (noga, toffees e.d.) is absoluut verboden: na het eten van dergelijk snoep is het een crime de ringetjes en de buisjes weer schoon te krijgen, omdat het overal om en tussen gaat zitten. De ringetjes kunnen losgaan van de kiezen door de kleverige substantie.
2. drankjes met prik/koolzuur (cola, seven-up, sinas, spa enz.) mogen af en toe: beperk ze tot feesten en partijen en eventueel eens in het weekend, maar niet dagelijks, want in koolzuur lost langzaam maar zeker de lijm op waarmee de ringetjes zijn vastgezet.

Kortom waar het met een buitenboordbeugel/lipbumper om gaat is:

- voldoende dragen, maar : nooit bij sport en wild spel;
- kleverig, taai snoep : nooit;
- prik : met mate;
- heel zorgvuldig poetsen;
- dagelijks spoelen met een fluoride-oplossing

Als je je aan deze 5 regels houdt, moet het goed gaan succes!