



# **Instructies losse beugel**



Er zijn zoveel verschillende soorten losse beugels, dat hier alleen een aantal hoofdzaken wordt uiteengezet.

Eén ding is met een losse beugel in ieder geval gemakkelijk: tandenpoetsen kan gewoon worden gedaan, de beugel kan immers uit. Wel moet de beugel apart worden gepoetst. Dat kan het beste gebeuren met een kleine harde borstel: een nagel- of handenborsteltje, eventueel een harde tandenborstel, maar niet met de zachte tandenborstel die je in je mond gebruikt.

De beugel met de borstel goed onder de kraan boenen. Gewone zeep is geschikter dan tandpasta, maar voor de smaak is even napoetsen met tandpasta wel prettig. Maak er een goede gewoonte van om tenminste 1 keer per week de beugel een extra grote schoonmaakbeurt te geven met Jif: het smaakt niet lekker maar maakt wel goed schoon. Ook nu even napoetsen met tandpasta. Als zich ondanks regelmatig onderhoud toch wat kalkaanslag (van het speeksel) op de beugel afzet kan dat worden opgelost door de beugel af en toe eens een tijdje in schoonmaakazijn te leggen.

Het grote probleem met een losse beugel is dat hij uit kan: zorg dat de beugel voldoende (volgens instructie) in is!

Als regel geldt dat de beugel uit mag tijdens het eten en uit moet bij sport (bij hardrennen met mond open is er altijd het risico dat de beugel uitvalt en iemand anders er net op trapt; en in het zwembad is het heel moeilijk om de beugel eventueel terug te vinden: dus bij alle sporten beugel uit!)

Op alle regels zijn uitzonderingen; als die van toepassing zijn hebben we dat nadrukkelijk meegedeeld.

Als de beugel uit is/mag, bewaar hem dan in het doosje dat we daarvoor geven en nooit los in een broekzak: de kans dat hij dan kapotgaat of kwijtraakt is groot.

Losse beugels waar je in principe wel mee kunt praten (er zijn ook soorten waar dat echt niet mee kan en die vrijwel alleen 's nachts gedragen worden) zullen in het begin wel storen met praten: o.a. slissen.



Juist door de beugel in te houden en door te zetten zul je er binnen een week aan gewend zijn.

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. bewaar de beugel, als hij niet in de mond zit, altijd in een doosje en nooit in een broekzak;
3. blijf naar de eigen tandarts gaan voor de halfjaarlijkse controles;
4. breng altijd je eigen tandenborstel mee bij afspraken hier (we geven nu een nieuwe borstel, maar zorg zelf voor vervanging zodra nodig!);
5. bel ons altijd meteen op als er iets is met de beugel ook al is het maar iets dat je niet helemaal vertrouwt.

Als je 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 zo spoedig mogelijk terug. Probeer intussen, indien enigzins mogelijk, de beugel wel door te dragen, ook als deze kapot is.

Kortom waar het met een losse beugel om gaat:

- tanden goed verzorgen;
- beugel goed verzorgen;
- beugel voldoende dragen;
- beugel nooit laten rondslingeren;

Even doorzetten en de losse beugel is een vanzelfsprekendheid.

Succes!