



### Hoe kan ik mijn kind voorbereiden op het vullen van een gaatje?

Bereid uw kind goed voor als de tandarts een gaatje moet vullen. Leg op een rustig moment uit dat één of meer tanden of kiezen ziek zijn. Vertel dat de tandarts de zieke tand of kies beter maakt. Laat de tandarts zelf aan uw kind vertellen wat er gaat gebeuren. Heeft uw kind vragen over de behandeling? Spreek dan af om die samen aan de tandarts te stellen. Als u de behandeling vooraf mooier voorspiegelt dan dat die in werkelijkheid is, verliest uw kind het vertrouwen in u en in de tandarts. Bovendien zal uw zoon of dochter in de toekomst meer opzien tegen een behandeling.

### Wat te doen bij een ongeval?

Door een ongeval kan een tand uitvallen of beschadigen. Neem in zulke situaties direct contact op met uw tandarts. Zoek zo snel mogelijk alle losse stukjes of de complete tand op en ga ermee naar de tandarts. Plaats een uitgevallen melktand **nóóit** terug. Daarmee kunt u de nieuwe blijvende tand beschadigen. Houd een uitgevallen tand of een afgebroken stuk tand vochtig, het liefst met melk. Geen melk binnen bereik? Bewaar de tand of het tanddeel dan los in de mond van de ouder/verzorger, bij voorkeur in de ruimte tussen de kiezen en de wang.

Heeft u nog vragen? Neem dan contact op met uw tandarts of mondhygiënist.

### Fluoride-basisadvies

#### 0 en 1 jaar

Vanaf het doorbreken van de eerste tandjes: eenmaal per dag poetsen met fluoridepeutertandpasta.

#### 2, 3 en 4 jaar

Tweemaal per dag poetsen met fluoridepeutertandpasta.

#### 5 jaar en ouder

Tweemaal per dag poetsen met fluoridetandpasta voor volwassenen. Er zijn ook tubes verkrijgbaar waarop staat 'juniortandpasta'. Kijk dan altijd naar de leeftijd die hierbij wordt aangegeven (bijvoorbeeld 5-12 jaar). Als u twijfelt, raadpleeg dan uw tandarts of mondhygiënist.

#### Voor alle leeftijden

Raadpleeg voor alle andere vormen van fluoridegebruik uw tandarts of mondhygiënist.

Dit vouwblad is samengesteld door de Redactieraad van het Ivoren Kruis met aanbevelingen van het Adviescollege Preventie Mond- en Tandziekten en mede mogelijk gemaakt door Oral-B. Doel van de Vereniging Ivoren Kruis is het bevorderen van mondgezondheid. Circa 4000 tandartsen en mondhygiënist zijn lid van deze vereniging. Meer weten? [www.ivorenkruis.nl](http://www.ivorenkruis.nl)

© Ivoren Kruis / 2005

## Met uw kind naar de tandarts



**Een tijdig bezoek aan de tandarts is belangrijk voor ieders gebit. Neem uw kind daarom vanaf twee jaar mee naar de tandarts voor controle.**

### **Naar de tandarts**

#### ***Wanneer neem ik mijn kind voor het eerst mee naar de tandarts?***

Twee jaar is een prima leeftijd om uw kind voor de eerste keer mee te nemen naar uw tandarts. Dat kan bijvoorbeeld als u zelf voor een controlebezoek gaat. Uw kind kan bij het allereerste bezoek wat rondkijken in de praktijk. Zo raakt het vertrouwd met de omgeving en met de medewerkers.

#### ***Moet ik mijn kind voorbereiden op het eerste tandartsbezoek?***

Bereid uw kind voor op het eerste bezoek. Vertel dat hij of zij mee mag naar de tandarts. Leg uit wat daar allemaal te zien is, zoals een mooie stoel, een grote lamp, en een meneer of mevrouw in een witte jas. Zeg er ook bij dat uw kind misschien even op die stoel mag zitten. Vertel dat de tandarts deze of de volgende keer ook even in zijn of haar mond wil kijken, net zoals bij u zelf. Prikkel de nieuwsgierigheid. Tandartsbezoek is normaal en hoort erbij.



#### ***Wat vertel ik mijn kind over het tandartsbezoek?***

Een kind kunt u op het tandartsbezoek voorbereiden door daar op een begrijpelijke manier over te vertellen. Kies het niveau dat bij de leeftijd van uw kind past. Vertel niet te veel details, maar bied vooral een gevoel van veiligheid. Begin niet over behandelingen, bij een kind jonger dan vier jaar. Vertel uw tandarts bij de controle wat uw kind al weet, bijvoorbeeld over tandenpoetsen.

#### ***Hoe vaak moet ik met mijn kind naar de tandarts?***

Als u twee keer per jaar met uw kind naar de tandarts gaat, is dat meestal voldoende. Hij kan u en uw kind begeleiden bij de ontwikkeling van een gezond gebit en uw kind behandelen als dat nodig is.



#### ***Wat kan ik doen als ik zelf erg tegen tandartsbezoek opzie?***

Kinderen zijn gevoelig voor negatieve signalen. Zeker voor die van hun ouders. Het is daarom belangrijk dat u ontspannen bent als u naar de tandarts gaat. Laat uw kind liever thuis als u zelf moet worden behandeld. Dat is voor u en uw kind rustiger. Gaat u alleen voor controle naar de tandarts? Neem uw kind dan gewoon mee. Ziet u zelf erg op tegen het tandartsbezoek? Laat uw kind dan met een andere volwassene naar de tandarts gaan. U kunt dit ook eerst overleggen met uw tandarts.

### **Controle en mogelijke behandeling**

#### ***Wat doet de tandarts bij kleine kinderen?***

Een behandeling is op tweejarige leeftijd meestal nog niet nodig. De tandarts kijkt of het gebit in orde is en geeft voornamelijk adviezen en voorlichting. Ook een mondhygiënist of een assistente kunnen u en uw kind daarbij van dienst zijn.



#### ***Wanneer zal de tandarts het melkgebit van mijn kind behandelen?***

Het meest voorkomende probleem bij het melkgebit zijn gaatjes, ook wel cariës genoemd. Meestal beginnen die in de kiezen. Gaatjes die groter worden, kunnen pijn of ontstekingen veroorzaken. Daardoor kunnen op den duur melktanden of -kiezen afbrokkelen en kan er schade ontstaan aan het blijvend gebit.

De tandarts zal meestal voorkomen dat een gaatje groter wordt. Dat kan hij doen door de cariës te verwijderen (boren) en de kies te vullen. Soms is het gaatje zo klein dat de aantasting niet verder gaat als u zelf het gebit tenminste goed verzorgt. In dat geval kan hij van boren en vullen afzien. De tandarts zal u dan een passend advies geven over voeding en poetsen. Als een tand of een kies snel gaat wisselen, doet de tandarts doorgaans niets.