



## Hoe zit mijn beugel in elkaar?

In de spiegel heb je vast al goed gekeken hoe je beugel er uit ziet. Op elke tand zit een slotje. Dit wordt ook wel bracket genoemd. Door de slotjes heen komt een draad van heel bijzonder metaal. Deze draad heeft een bepaalde dikte en kracht. Je tanden gaan rechter staan door de draad die in je slotjes zit. Alle tanden en kiezen kunnen afzonderlijk van elkaar verplaatst worden. De draad en slotjes bij elkaar noemen wij vaste apparatuur.

## Doet de beugel pijn?

Als er voor de eerste keer een draad door de slotjes zit, kan dit een aantal dagen voor behoorlijk zere tanden en kiezen zorgen. Dit komt door de kracht die de draad op je tanden zet. Gemiddeld duurt het 3 dagen voor de pijn over is. Na een week doen je tanden en kiezen meestal geen pijn meer.

## Een vaste beugel.

Je hebt je slotjesbeugel gekregen. Dat was een hele zit, vond je ook niet? We willen je graag wegwijs maken met je beugel. Daarom is het handig om dit goed door te lezen.

Bij veel last kan je eventueel een pijnstiller (paracetamol) innemen. Het voelt soms alsof je tanden los zijn gaan staan, dit klopt ook want ze worden verplaatst. Na iedere controle kunnen je tanden en kiezen weer gevoelig zijn, maar meestal niet zo erg als de eerste keer.

## Zere wangen en lippen.

Door de slotjes zul je je lippen misschien minder goed kunnen sluiten omdat je ze van de slotjes afhoudt. Dit wordt op den duur weer gemakkelijker. Houd je lippen goed vet met labello of vaseline. De slotjes kunnen in het begin langs je wangen en lippen schuren. Hiervoor heb je een zakje was mee gekregen. Als je merkt dat je wang of lip stuk gaat, breek je een klein stukje was af. Een te groot stuk blijft niet goed zitten. Je maakt er een bolletje van tussen je vingers en je duwt het goed aan op het slotje waar je last van hebt. Waar je wel op moet letten is dat er niet te

veel speeksel zit, dus eerst goed slikken. Voor het poetsen en het eten haal je de was er af. Daarna doe je er weer een nieuw stukje was op totdat je merkt dat je geen last meer hebt van je wang of lip. 's Nachts kan de was er ook op blijven zitten. Per ongeluk een keer een stukje was inslikken is niet erg. De was kun je altijd bij ons krijgen. Ook buiten de afspraken om kun je bij ons aan de balie om een nieuw zakje was vragen. In plaats van was kun je ook een stukje uitgekauwde kauwgum gebruiken.

## Waar moet je op letten met eten?

Eten met een slotjesbeugel kan in het begin wat lastig gaan. Het gaat tussen je slotjes zitten. Daarom is het verstandig om na een maaltijd het eten er goed tussen uit te poetsen. Met een beugel kun je hard en kleverig eten beter vermijden. Dus niet kauwen op nootjes, pinda's en harde snoepjes.



## Wat moet ik doen als er iets los zit of pijn doet?

Wanneer er een slotje, elastiekje of iets anders los zit, moet je altijd naar de praktijk bellen. Dan hoor je aan de telefoon wat je moet doen. Ook is het belangrijk dat je ons meteen meldt wanneer er iets los zit ook al moet je bijna op controle komen. In het weekend en tijdens vakantieperiodes kun je op onze website terecht ([www.beugels.info](http://www.beugels.info)). Hier kun je vinden wat je moet doen als er iets los zit of pijn doet. Als dat niet werkt en je hebt veel last, dan kun je ons bereiken op het spoedgevallenummer. Dat nummer hoor je op de antwoorder als je naar de praktijk belt. Het spoedgevallenummer is niet om je afspraak af te zeggen of te melden dat er iets los zit. Je mag het alleen bellen bij pijn.

Lolly's, pepermuntjes, drop, enz. opzuigen mag wel. Het afhappen van hard eten zoals appels en stokbrood is ook niet verstandig. Een appel kan je wel schillen en in kleine partjes snijden en stokbrood kun je heel klein breken of snijden. Bij het kauwen of afhappen van hard eten heb je grote kans dat je slotjes los komen.

Losse slotjes worden in rekening gebracht en zorgen voor vertraging. De vertraging ontstaat doordat het nieuwe slotje nooit op precies dezelfde plaats kan worden geplakt waar het zat en actief was. Het kost minstens een maand extra voor die tand of kies om gecorrigeerd te worden.

## Poetsen, waar moet ik op letten?

Het poetsen met een slotjesbeugel is erg belangrijk. Je wilt dat je tanden mooi gaan staan en er mooi blijven uitzien. Dan moet je ze ook goed onderhouden. Met een slotjesbeugel moet je één keer per dag heel uitgebreid poetsen. Daar ben je wel een kwartier mee bezig. Het is de bedoeling dat je langs je tanden, je beugel en het randje van je tandvles de plaque goed weghaalt. Dat doe je met een borstel en een ragertje. Ook adviseren we je om één keer per dag ná het tandenpoetsen vóór het slapen gaan te spoelen met een fluoride-spoelmiddel (zie kader). Daarna mag je natuurlijk niets meer eten!

Tijdens iedere controle kijken we hoe je tanden en tandvles eruit zien. Zo nodig nemen we het poetsen nog eens door. Kijk nog even bij "hoe poets ik met een slotjes beugel?" ook op onze website.

## Tot Slot.

Wij hopen dat je snel aan je beugel gewend bent. Bij vragen kun je ons tijdens werktijden telefonisch bereiken. Anders horen we je vraag op je volgende controle.

### FLUORIDE SPOELMIDDELEN

- ACT 0.05% NaF
- Elmex Sensitive Aminfluoride
- Listerine Anti-cariës
- Meridol Aminfluoride
- Oral-B
- Sensodyne
- Zendium

Deze folder is bedoeld voor patiënten van:

Orthodontiepraktijk V.M. Bakker, Schippersgracht 20, 3603 BC Maarssen. De informatie is speciaal voor patiënten die een vaste beugel hebben. Voor vragen kan tijdens praktijken worden gebeld met 0346 571617. Ook kan een email worden gezonden aan [post@beugels.info](mailto:post@beugels.info)