

De buitenbeugel



Een buitenbeugel wordt meestal in combinatie met andere beugels gebruikt:

- bij een *blok-beugel* (de orthodontist zegt: 'activator') draag je een losse beugel in je mond. Aan de zijkant daarvan zitten kleine buisjes waarin je je buitenbeugel schuift. De buitenbeugel trekt je blokbeugel tegen je bovenkaak aan. Je hoeft niet bang te zijn dat je beugel 's nachts uit kan vallen.
- Bij een *vaste beugel* (ook wel *slotjesbeugel* genoemd) heb je ringetjes om je kiezen gekregen en daar draag je de buitenbeugel in.

Het was zeker wel even wennen om je 'buitenboord'beugel de eerste keer in te krijgen?

Je wordt er vast heel snel handig in.

De kiezen met de ringetjes zijn de eerste dagen wat gevoelig.

De buitenbeugel duwt die kiezen iets naar achteren en maakt zo ruimte in je bovenkaak.

Bovendien houdt de buitenbeugel je bovenkaak op zijn plaats en kan je onderkaak naar voren groeien. Op deze manier wordt de overbeet kleiner (je hebt een overbeet als je boventanden vóór je ondertanden staan).

Aantal uren

Niet iedereen hoeft zijn buitenbeugel even lang te dragen als een ander. Je hebt van de orthodontist gehoord hoeveel uur jij je beugel moet dragen.

Als je de buitenbeugel meer dan alleen met slapen draagt, heb je ook een urenkalender meegekregen. Hierop kan je bijhouden hoeveel uur je je beugel hebt gedragen. Zorg dat je iedere dag het aantal uren draagt dat je moet, dan werkt je beugel sneller. Kom je een keer een uur te kort haal dat dan zo snel mogelijk in door bijvoorbeeld de dag erna de beugel een uur langer te dragen.

Waar moet je op letten

- Neem je beugel altijd mee op je controle afspraak. Als je de kalender dan ook meeneemt kan je ons laten zien hoe het gegaan is.

- Heb je last van de ringetjes in je wangen dan kun je daar was op doen. Was kun je bij ons altijd krijgen. Een stukje uitgekauwde kauwgum kan ook heel goed.

- Zit je buitenbeugel niet meer lekker bel ons dan even op. We proberen dan zo snel mogelijk een afspraak te maken om je buitenbeugel weer goed passend te krijgen.

- Ga nooit zelf aan je beugel zitten prutsen en doe ook de buitenbeugel niet zelf een gaatje losser of vaster! Je behandeling gaat dan echt niet sneller, wel slechter.

- Heel belangrijk is dat je je buitenbeugel niet draagt tijdens het eten en sporten. Met eten verbuigt je beugel en tijdens het sporten is de kans erg groot dat er tegen je beugel aangestoten worden.

- Met slapen is het de eerste nachten wennen. Sommige mensen slapen met 2 kussens of vouwen hun kussen zó dat het stangetje van hun beugel tussen de kussens wegvalt.

Heel veel succes met dragen! Vragen kun je op je volgende afspraak stellen of je kan even bellen.



Orthodontiepraktijk V.M. Bakker
Schippergracht 20
3603 BC Maarssen
0346 571617

www.beugels.info