



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

Bereid je 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 je kind vertellen wat er gaat gebeuren. Heeft je kind vragen over de behandeling? Spreek dan af om die samen aan de tandarts te stellen. Als je de behandeling vooraf mooier voorspiegelt dan dat die in werkelijkheid is, verliest je kind het vertrouwen in zijn ouder/verzorger en in de tandarts. Bovendien zal je 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 de 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 kun je 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.

### 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 'kinder' of 'junior' tandpasta. Kijk dan altijd naar de leeftijd die hierbij wordt aangegeven (bijvoorbeeld 5-12 jaar). Als je twijfelt, raadpleeg dan je tandarts of mondhygiënist.

#### Voor alle leeftijden

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

Heb je nog vragen? Neem dan contact op met je 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 en Menzis. Doel van de Vereniging Ivoren Kruis is het bevorderen van mondgezondheid. Meer weten? [www.ivorenkruis.nl](http://www.ivorenkruis.nl) of download de gratis app GezondeMond.

© Ivoren Kruis / 2013

## Met je kind naar de tandarts



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

### **Naar de tandarts**

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

Twee jaar is een prima leeftijd om je kind voor de eerste keer mee te nemen naar de tandarts of mondhygiënist. Dat kan bijvoorbeeld als je zelf voor een controlebezoek gaat. Je 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 je 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 je 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 jou zelf. Prikkel de nieuwsgierigheid. Tandartsbezoek is normaal en hoort erbij.



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

Een kind kun je op het tandartsbezoek voorbereiden door daar op een begrijpelijke manier over te vertellen. Kies het niveau dat bij de leeftijd van je 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 je tandarts bij de controle wat je kind al weet, bijvoorbeeld over tandenpoetsen.

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

Als je twee keer per jaar met je kind naar de tandarts gaat, is dat meestal voldoende. Hij kan jou en je kind begeleiden bij de ontwikkeling van een gezond gebit en je 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 je ontspannen bent als je naar de tandarts gaat. Laat je kind liever thuis als je zelf moet worden behandeld. Dat is voor jou en je kind rustiger. Ga je alleen voor controle naar de tandarts? Neem je kind dan gewoon mee. Zie je zelf erg op tegen het tandartsbezoek? Laat je kind dan met een andere volwassene naar de tandarts gaan. Je kunt dit ook eerst overleggen met je 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.



#### ***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 je zelf het gebit tenminste goed verzorgt. In dat geval kan hij van boren en vullen afzien. De tandarts zal je dan een passend advies geven over voeding en poetsen. Als een tand of een kies snel gaat wisselen, doet de tandarts doorgaans niets.