



Sheila Kruissink
Mondhygiënist bij
Mondzorg West-Friesland

Poetsen is een goed begin

Om je tanden gezond en wit te houden, moet je poetsen. Dat leer je (als het goed is) van jongs af aan. Maar voor een mooi gebit is ook flossen, stoken óf ragen belangrijk. Wat het beste werkt verschilt per gebit.

Flosdraad wordt door sommigen gezien als het beste product om de ruimtes tussen je tanden schoon te krijgen. Dat is maar gedeeltelijk waar. Het maakt de plekken schoon waar tanden en kiezen elkaar raken en voorkomt dus gaatjes. Maar ter voorkoming van een tandvleesontsteking heb je hier minder aan.

Om een tandvleesontsteking te voorkomen of te genezen helpt een stoker beter. Deze is driehoekig van vorm, van hout (heeft dus een ruw schurend oppervlak) en past in de ruimtes tussen de tanden. Vanwege hun vorm geven ze overal op het tandvlees voldoende druk om het tandplak tussen tand en tandvlees weg te masseren.

In tegenstelling tot wat velen denken zijn cocktailprikkers géén tandenstokers. Ze zijn bedoeld om voedsel naar binnen te werken, terwijl een tandenstoker het voedsel eruit werkt. Ook een speld is niet bedoeld om etensresten uit een holle kies te pulken, zoals een patiënt ooit bedacht.

Het beste om te gebruiken is een rager. Deze zijn in vele maatvoeringen verkrijgbaar. Ze zijn cilindrisch of conisch (oftewel kegelvormig) van vorm, opgebouwd uit bosjes nylonharen, flexibel en daarmee ideaal om overal tussen en langs de tanden te komen, helemaal bij kroon- en vulgingsranden.

Plastic stokers en rubber ragers raad ik in veel (maar niet alle) gevallen af. En zelfs de eerdergenoemde flosdraden, stokers en ragers kunnen schadelijk zijn wanneer de maat niet goed is of bij overmatig of verkeerd gebruik.

Ben je benieuwd wat voor jou de beste opties zijn? Neem dan vrijblijvend contact met ons op zodat we je inzicht kunnen geven in jouw mond-situatie.

Bel of kom langs voor het maken van een afspraak. Iedereen is welkom en een verwijzing is niet nodig!

MONDZORG
West-Friesland

Westerstraat 27 - 1601 AB

Enkhuizen Tel: 0228-528815

Info@mondzorgwestfriesland.nl

www.mondzorgwestfriesland.nl