



GLAZUUR

Synoniemen: *buitenste tandlaag*, *tandglazuur*

Inhoud

- [Wat is tanderosie?](#)
- [Hoe ziet slijtage door tanderosie eruit?](#)
- [Hoe kun je tanderosie voorkomen?](#)
- [Kan ik iets doen om mijn tandglazuur sterker te maken?](#)
- [Heeft erosie ook invloed op de kleur van mijn gebit?](#)
- [De kleur van uw tanden](#)
- [Waardoor verkleuren tanden?](#)
- [Bleekmethoden](#)
- [Waardoor ontstaat de pijn bij gevoelige tandhalzen?](#)
- [Wat kunt u zelf doen tegen gevoelige tandhalzen?](#)
- [Tandenpoetsen en zuren](#)
- [Hoe ziet tanderosie eruit?](#)
- [Speeksel beschermt het \(kinder\)gebit](#)
- [Boosdoeners van tanderosie](#)
- [Hoe kun je tanderosie bij kinderen voorkomen?](#)
- [Kan een elektrische tandenborstel het tandvlees of het tandglazuur beschadigen?](#)
- [Niet vaker dan 7x iets eten of drinken per dag](#)
- [Verschillen tussen het melkgebit en het blijvend gebit](#)

[« Terug naar het overzicht](#)

Wat is tanderosie?

Gaatjes (tandcariës) worden veroorzaakt door bacteriën in de mond. Deze mondbacteriën vormen zuur uit suikers en andere koolhydraten (zoals in bijvoorbeeld pasta, aardappelen en brood).

Dit zuur veroorzaakt tandcariës. Tanderosie is het oplossen van het oppervlak door zuren uit eten en drinken of zuur uit de maag. Het oppervlak kan hierdoor zacht worden, waardoor gebitslijtage wordt bevorderd

De laatste jaren zijn de voedingsgewoonten ingrijpend veranderd. Zo worden vaker en meer fris- en sportdranken gedronken. Dit kan bijdragen aan slijtage door tanderosie. In deze folder leest u hoe u tanderosie kunt verminderen of voorkómen



De eerste tekenen zijn over het algemeen alleen voor de professional zichtbaar. Het oppervlak van de tanden of kiezen kan heel glad worden. De vorm kan veranderen. En de tanden kunnen een wat geliger kleur krijgen. Meestal merk je zelf slijtage door tanderosie pas op in een gevorderd stadium, als het uiterlijk van de tanden verandert. De voortanden worden bijvoorbeeld korter, dunner en doorschijnender of krijgen rafelige randen. Soms is er sprake van pijnklachten, bijvoorbeeld bij het eten en drinken van koude of zuren voedingsmiddelen.

Vaak is het tandglazuur dan geheel verdwenen en ligt het tandbeen bloot. Erosie tast de vullingen in tanden en kiezen niet aan. Hierdoor kunnen de vullingen boven het tandoppervlak gaan uitsteken



Hoe kun je tanderosie voorkomen?

Om erosie te voorkómen of te beperken kunt u een flink aantal maatregelen treffen:

Voeding

Beperk het gebruik van zure dranken en zuur voedsel. Neem als alternatief zo mogelijk water, gewone thee (zonder suiker), koffie (zonder suiker) of melk. Houd zure producten zo kort mogelijk in uw mond. Spoel de drank dus niet rond in uw mond. Zuig ook niet op zuur snoep of andere zure producten. Beperk het aantal keren dat u eet of drinkt. Gebruik drie maaltijden per dag en daarnaast niet meer dan vier keer iets tussendoor. Eet maximaal een- of tweemaal per dag zuur fruit. Als u bij uw eten drinkt, geldt dat als één moment.

Tandenpoetsen

Poets tweemaal per dag uw tanden. Gebruik een zachte tandenborstel en een fluoridetandpasta. Als er sprake is van beginnende gebitsslijtage kan de tandarts u adviseren een tandpasta of mondspoelmiddel met tin(fluoride of -chloride).



Kan ik iets doen om mijn tandglazuur sterker te maken?

Fluoride maakt tandglazuur sterker en minder goed oplosbaar in zuur. Fluoride vertraagt het oplossen van tandglazuur. Poets daarom uw tanden tweemaal per dag met fluoridetandpasta.

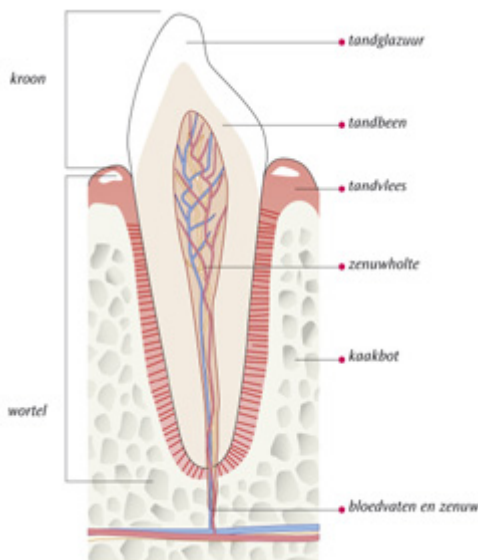
Als de glazuurlaag stijgt, zie je het tandbeen door het glazuur heen. Tandbeen heeft een lichtgele kleur. Daardoor zien de tanden er donkerder uit.

De kleur van uw tanden

De kleur van tanden en kiezen is bij iedereen verschillend. De een heeft wittere tanden dan de ander. Sommigen hebben gele, anderen bruine of grijze tanden. Ook in één mond hebben tanden en kiezen niet allemaal dezelfde kleur en wijken soms duidelijk van elkaar af.

Tanden en kiezen zijn opgebouwd uit tandbeen en glazuur. De kleur en de dikte van het tandbeen zijn vooral bepalend voor de kleur. Het glazuur van tanden en kiezen is nagenoeg doorzichtig, maar geeft een witte gloed aan de tanden. Hoektanden hebben een dikkere laag tandbeen dan de overige tanden en zijn daarom vaak geler. Je tanden worden donkerder naarmate je ouder wordt. De vorming van tandbeen gaat namelijk altijd door. De glazuurlaag wordt juist dunner door slijtage.

In uitzonderlijke gevallen kunnen ziekten of medicijnen, tijdens de vormingsfase, verkleuringen geven.



Waardoor verkleuren tanden?

Als kleurstoffen uit voedings- en genotmiddelen de tand binnendringen, zien de tanden er donkerder uit. Dit gebeurt onder andere door roken en door het eten en drinken van koffie, thee, wijn, frisdrank, vruchtensap, of andere kleurstof bevattende etenswaren. Bij het ouder worden kunnen er barstjes in het glazuur komen. Hierdoor dringen kleurstoffen uit voedsel en dranken nog makkelijker in de tand of kies. De ouderwetse almagaamvulling kan ook verkleuringen geven.

Ook kunnen aanslag en verkleuring van tandsteen de tanden donkerder kleuren. Deze verkleuringen ontstaan eveneens door koffie, thee, wijn en roken. Verder kunnen gek genoeg sommige mondverzorgingsproducten met tin en chloorhexidine verkleuringen geven. Vraag dit aan uw mondzorgprofessional. Aanslag kan de tandarts of mondhygiënist door een professionele gebitsreiniging verwijderen. Bleken is hiervoor niet de oplossing.

Dode tanden (meestal als gevolg van een val of klap) kunnen van binnenuit verkleuren. Dit kan ook gebeuren na een wortelkanaalbehandeling.



Bleekmethoden

Bleken van buitenaf bij gezonde tanden

Thuisbleken onder begeleiding van de tandarts of mondhygiënist

Betreft de verkleuring aanslag dan is zoals bovenstaand beschreven bleken niet de oplossing. Vraag uw mondzorgprofessional uw tanden te reinigen. Is de verkleuring in het tandoppervlak of vind je de kleur van de tand te donker, dan kun je van buitenaf bleken. Dat gebeurt met behulp van een bleeklepel. Eerst maakt de tandarts of mondhygiënist een afdruk van je gebit. Hiermee maakt de tandtechnicus in het tandtechnisch laboratorium een bleeklepel van een zachte transparante kunststof, die precies over je gebit past en ruimte laat voor de bleekgel. Een goed passende bleeklepel is belangrijk, om irritatie van het tandvlees te voorkomen. De bleeklepel is de mal waarmee je de blekende gel op de tanden aanbrengt. De gel bevat 3 tot maximaal 6% waterstofperoxide. Na een goede instructie hoe je de gel moet aanbrengen en wanneer je de bleeklepel moet dragen, krijg je de bleeklepel en enkele spuitjes bleekgel mee naar huis. Daarom wordt deze methode ook wel 'thuisbleken' genoemd. De tandarts geeft aan hoe lang je de bleeklepel met de gel (meestal 's nachts) moet dragen voor het gewenste resultaat. Afhankelijk van de verkleuring zie je na enkele dagen of weken effect. Uiteindelijk duurt de behandeling twee tot drie weken. Tijdens het bleken kunnen je tanden en tandvlees tijdelijk gevoelig worden. Raadpleeg je tandarts of mondhygiënist als deze klacht optreedt en vraag om een aangepaste instructie.

Bleken van binnenuit bij 'dode' tanden

Eerst maakt de tandarts een opening aan de achterkant van de tand. Hierin brengt hij een papje of gel aan met het blekend middel. Deze producten hebben enkele dagen een blekende werking. Afhankelijk van het behaalde resultaat herhaalt de tandarts de behandeling één of meerdere keren. Uiteindelijk sluit hij de tand af met een definitieve vulling.

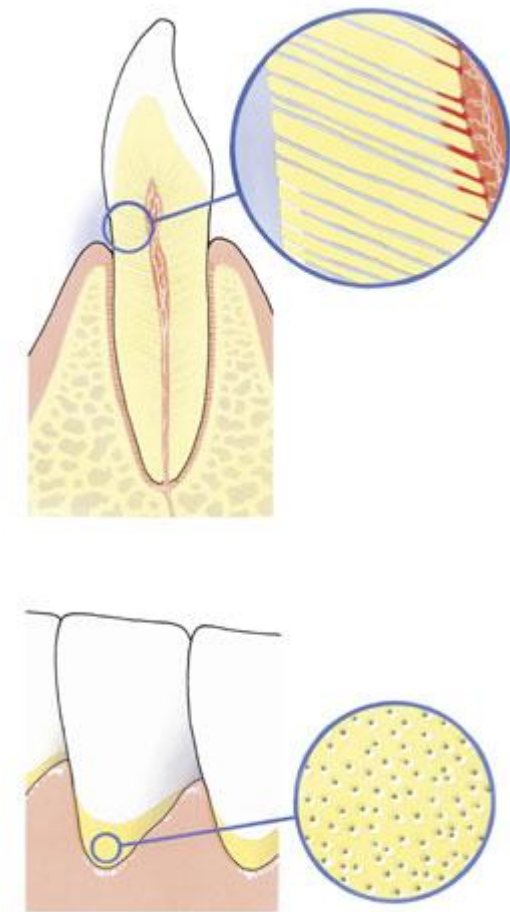
Versnelde bleekbehandelingen

Sommige mondzorgpraktijken en bleekwinkels bieden een versnelde bleekbehandeling aan. Soms gebruiken ze een lamp om de gel te verwarmen en zo het proces te versnellen. Het is niet duidelijk of dit daadwerkelijk een beter resultaat geeft. Omdat in de praktijk geen sterkere bleekmiddelen gebruikt mogen worden dan voor thuisbleken, is het onmogelijk in één keer hetzelfde resultaat te behalen als met de thuisbleekmethode. Ook wordt met alternatieve bleekmaterialen geëxperimenteerd. Onderzoek over de resultaten met deze nieuwe materialen is nog niet beschikbaar.



Waardoor ontstaat de pijn bij gevoelige tandhalzen?

Tanden en kiezen bestaan uit een kroon en één of meer wortels. De kroon is het deel dat u ziet en is voorzien van een sterke laag glazuur. De wortels ziet u niet en hebben géén glazuur. Zodra het tandvlees zich terugtrekt, komt dus een stukje van de tand zonder glazuur bloot te liggen. Dit poreuze materiaal is tandbeen. In tandbeen zitten kanaaltjes die verbonden zijn met de zenuwholte binnenin de tand of kies. Als het tandvlees de kanaaltjes afsluit, merkt u daar niets van. Is het tandvlees weg, dan komt door warme, koude, zoete of zure prikkels het vocht in die kanaaltjes in beweging. Die beweging irriteert de zenuwen en veroorzaakt zo de pijn.



Wat kunt u zelf doen tegen gevoelige tandhalzen?

extra belangrijk. Niet alleen om gaatjes in de wortels te voorkomen, maar ook om de gevoeligheid te minimaliseren. Blijf dus, ook bij pijn, poetsen. Als u poetst met tandpasta, brengt u een beschermend laagje op de tanden aan. Hierdoor kunnen prikkels minder makkelijk de zenuwen in de tand of kies bereiken. Gevolg? Minder pijn! Maar zure vloeistoffen spoelen dit laagje gemakkelijk weg. Dan komt de pijn dus weer terug. Soms kan spoelen met een fluoride spoelmiddel ook helpen. Overleg dit met uw tandarts of mondhygiënist.

Voedingspatroon veranderen

Om de gevoeligheid te beperken, kan het belangrijk zijn dat u uw voedingspatroon verandert. Drinkt u bijvoorbeeld veel sappen of frisdrank (zuur) of eet u veel citrusfruit? Dan slijt het onbeschermde tandbeen gemakkelijk weg. De ingangen van de kanaaltjes worden breder. Hierdoor gaan de prikkels makkelijk door het tandbeen heen. Beperk daarom het aantal eet- en drinkmomenten tot maximaal zeven keer per dag. Kies voor drie hoofdmaaltijden en maximaal vier keer iets tussendoor. Eet maximaal een- of tweemaal per dag zuur fruit en drink frisdrank en andere zure dranken met mate. Eet of drink één uur voordat u uw tanden gaat poetsen géén zure producten. Zuren maken het tandbeen zwakker, waardoor u het makkelijk wegpoetst. Als u uw voedingspatroon niet verandert, kan de gevoeligheid niet behandeld worden en steeds erger worden.

Tandenpoetsen en zuren

Het oppervlak van tanden en kiezen wordt zachter door de inwerking van zuur. Als u direct na het eten of drinken van zuur uw tanden poetst, kunt u de glazuurlaag gemakkelijk wegpoetsen. Dan slijt uw gebit dus nog sneller.



Hoe ziet tanderosie eruit?

De eerste tekenen zijn over het algemeen alleen voor de professional zichtbaar. Het oppervlak van de tanden of kiezen kan heel glad worden. De vorm kan veranderen. En de tanden kunnen een wat geliger kleur krijgen. Meestal merk je zelf slijtage door tanderosie pas op in een gevorderd stadium, als het uiterlijk van de tanden verandert. De voortanden worden bijvoorbeeld korter, dunner en doorschijnender of krijgen rafelige randen. Soms is er sprake van pijnklachten, bijvoorbeeld bij het eten en drinken van koude of zuren voedingsmiddelen.

Vaak is het tandglazuur dan geheel verdwenen en ligt het tandbeen bloot. Erosie tast de vullingen in tanden en kiezen niet aan. Hierdoor kunnen de vullingen boven het tandoppervlak gaan uitsteken



Speeksel beschermt het (kinder)gebit

Gelukkig beschermt speeksel het gebit tegen tanderosie. Speeksel neutraliseert de zuren uit voedsel en dranken. Als uw kind de hele dag door zure producten gebruikt, krijgt het speeksel onvoldoende tijd het zuur te neutraliseren. Om de kans op tanderosie en gaatjes te verkleinen geldt: beperk het aantal eet- of drinkmomenten tot maximaal zeven per dag.

Boosdoeners van tanderosie

Frisdrank en vruchtensap

Frisdranken (ook de light varianten!) krijgen hun frisse smaak door het toegevoegde fosforzuur (bijvoorbeeld in cola), citroen- of appelzuur (in allerlei fris- en sportdranken). De zure smaak merkt uw kind niet op door de toegevoegde suiker of zoetstof. Suiker onderdrukt de zure smaak wel, maar neutraliseert het zuur niet. Wist u dat vruchtensappen (bijvoorbeeld appel- en sinaasappelsap) nóg zuurder zijn? Die zijn dus nóg slechter voor het kindergebit. Bedenk dat bijna alle dranken zuur zijn. Water, gewone thee (zonder suiker) en melk zijn uitzonderingen.

Voeding

Alle zure voedingsmiddelen, hoe gezond ook, kunnen schadelijk zijn voor het kindergebit. Vooral voor zuur fruit moet u oppassen. Denk aan citrusvruchten, bramen en bessen, appels, druiven en kiwi's, maar ook aan de producten daarvan (appelstroop, jam, vruchtensap). Ook aangezuurd snoep kan schade aanrichten. Denk aan drop, zure matten, winegums, fruittoffees en lolly's. Verder zijn candysprays en gels extreem zuur. Hiervan worden steeds kleine beetjes in de mond of op de tong aangebracht, waardoor de tanden steeds opnieuw zuur te verwerken krijgen. Lolly's en ander sabbelsnoep zijn extra schadelijk omdat de zuren lang in de mond blijven. Alle levensmiddelen die zijn aangezuurd met bijvoorbeeld azijn- of citroenzuur, zoals slasaus of mayonaise, veroorzaken bij veelvuldig gebruik tanderosie. Veel kinderen zuigen op vitamine-C tabletten in plaats van ze direct door te slikken. Dat kan funest zijn voor de tanden. Vitamine-C producten zijn van zichzelf al licht zuur en bovendien zijn ze nog eens op smaak gebracht door toevoegingen van een zoetstof en citroenzuur.



Hoe kun je tanderosie bij kinderen voorkomen?

Om tanderosie bij uw kind te voorkomen of te beperken kunt u een flink aantal maatregelen nemen:

Eten en drinken

- Beperk het gebruik van zure dranken en zuur voedsel. Geef als alternatief zo mogelijk water, gewone thee zonder suiker, dus geen vruchten- of kruidenthee of melk.
- Beperk de hoeveelheid vruchtensappen en frisdranken of leng ze aan met water.
- Beperk het aantal keren dat uw kind eet of drinkt.
- Geef drie maaltijden per dag en daarnaast niet meer dan vier keer iets tussendoor.
- Geef uw kind maximaal een- of tweemaal per dag zuur fruit.
- Leer uw kind zure producten zo kort mogelijk in zijn mond te houden (drank niet rondspoelen in de mond en niet op zuur snoep of andere zure producten zuigen).
- Geef uw kind één uur voor het tandenpoetsen geen zure producten. Het oppervlak van tanden en kiezen wordt zachter door de inwerking van zuur. Als uw kind direct na het eten of drinken van zuur zijn tanden poetst, kan hij de glazuurlaag gemakkelijk wegpoetsen.

NB. Als uw kind bij zijn eten drinkt, geldt dat samen als één moment.

- Tweemaal per dag twee minuten zijn tanden poetst.
- Een zachte (elektrische) tandenborstel gebruikt.
- Zijn tanden niet te krachtig poetst. Een klein beetje druk is voldoende.
- Fluoridetandpasta gebruikt. Fluoride maakt tandglazuur sterker en minder goed oplosbaar in zuur.
- Tweemaal per jaar de tandarts of mondhygiënist bezoekt.



Kan een elektrische tandenborstel het tandvlees of het tandglazuur beschadigen?

Bij juist gebruik kan de elektrische tandenborstel uw tandvlees of tandglazuur niet beschadigen. Als u een verkeerde poetsmethode hanteert, te krachtig poetst of een sterk schurende tandpasta gebruikt, kunt u uw tandvlees en tandglazuur beschadigen. Maar dit geldt ook voor het gebruik van een gewone tandenborstel. Dat kan zelfs als u een borstel gebruikt met zachte haren. Neem uw borstel daarom mee naar de tandartspraktijk en vraag uw tandarts of mondhygiënist om een poetsinstructie.

Niet vaker dan 7x iets eten of drinken per dag

Veel voedingsmiddelen kunnen het glazuur van uw tanden en kiezen aantasten. Op zich is dat geen probleem. Uw gebit herstelt zich na verloop van tijd vanzelf weer. Daarbij speelt speeksel een belangrijke rol. Speeksel neutraliseert zuur en heeft zo een beschermende werking. Eet u te vaak op één dag, dan



Verschillen tussen het melkgebit en het blijvend gebit

De snijtanden van het blijvend gebit hebben een kartelrand. Melktanden hebben die niet. De kartelrand bestaat uit drie bobbeltjes op het snijvlak. De karteling verdwijnt in de loop van de tijd door natuurlijke slijtage.

Blijvende tanden en kiezen hebben sterker glazuur dan melktanden en -kiezen. Naast de witte melktanden lijken de blijvende voortanden donkerder en/of geler van kleur. Dit is normaal. Poetsen helpt niet om ze lichter van kleur te krijgen.



[« Terug naar het overzicht](#)

CORONAVIRUS EN UW MONDZORG



Ook in coronatijd zijn controles belangrijk



ADRESGEGEVENS

Kruidenhof 3
1112 NV Diemen

Tel: [020 76 538 76](tel:0207653876)

E-mail: info@tandartsendekruidenhof.nl

OPENINGSTIJDEN

Maandag:	8:00 - 16:30
Dinsdag:	8:00 - 16.30
Woensdag:	8:00 - 16:30
Donderdag:	8:00 - 16:30
Vrijdag:	8:00 - 16:30
Zaterdag:	10:00 - 15:00

[Naar de tandarts in coronatijd](#)

[Jonge t-rex had 18 keer meer kracht in zijn kaken dan wij mensen](#)

CORONAVIRUS EN UW MONDZORG



Ook in coronatijd zijn controles belangrijk

[Pharmeon](#) | [Beheer](#)



[Privacy](#) | [Voorwaarden](#)