



MONDCONTROLE

Inhoud

- [Instructie juiste poetshouding bij mensen met een verstandelijke beperking](#)

[« Terug naar het overzicht](#)

Instructie juiste poetshouding bij mensen met een verstandelijke beperking

Juiste poetshouding

Een juiste poetshouding is belangrijker dan u wellicht denkt. Te vaak staan ouders of begeleiders voor hun kind of cliënt. Maar dan heeft u weinig zicht in de mond, heeft u geen controle over uw kind of cliënt en staat u zelf in een kwetsbare positie. Laat uw kind of cliënt zitten en ga schuin achter hem staan. Fixeer het hoofd en kijk in de mond wat u doet. Druk de wang met uw vinger in de mond van uw kind of cliënt opzij en duw met uw duim de lip weg.

Ligt uw kind of cliënt? Kies dan het liefst zijn of haar voorkeurshouding. Breng het hoofd bijvoorbeeld iets omhoog met behulp van een opgerolde handdoek in zijn of haar nek. Bij kinderen en cliënten met een slikstoornis kan tandenpoetsen de kans op verslikken vergroten. Tandpoetsen kan ook een kokhalsreflex opwekken. Poets hun tanden eens zonder tandpasta. Breng na de poetsbeurt een beetje fluoridetandpasta op uw vinger aan en 'smeer' de tanden en kiezen ermee in. Gebruik een (elektrische) tandenborstel en een tandenstoker of rager. Begeleiders van cliënten wordt uit hygiënische overwegingen aangeraden handschoenen te dragen.

Openen van de mond

Als uw kind of cliënt zijn mond niet wil of kan openen, zorg dan voor mondcontrole. Buig het hoofd iets naar voren. Hierdoor ontspant de mond makkelijker. Er zijn twee manieren: mondcontrole van voren (zie foto) en van opzij.

Mondcontrole van voren: Plaats uw duim van uw linkerhand (voor linkshandigen de andere hand) op het kussentje van de kin, uw wijsvinger op de wang en uw middelvinger onder de kin. Zorg dat uw duim de onderlip niet raakt. Druk met uw duim voor voorzichtig op het kussentje van de kin en met uw middelvinger zachtjes omhoog. De mond opent zich.

Mondcontrole van opzij: Leg uw wijs- en middelvinger van uw linkerhand (voor linkshandigen de andere hand) rond de kin. Leg uw wijsvinger op het kussentje van de kin, uw middelvinger daar gestrekt onder. Zorg dat uw wijsvinger de onderlip niet raakt. Uw duim rust op uw hand, niet op het gezicht. Druk met uw

Bijthoutjes

Als het openhouden van de mond heel moeilijk is, kunnen bijthoutjes en -blokjes zoals de tandarts die gebruikt, soms uitkomst bieden. Er zijn bijthoutjes en -blokjes (van rubber en) van gestoomd beukenhout. Die geven geen scherpe splinters, ook niet als ze kapot worden gekauwd. U kunt ze verkrijgen via uw tandarts of mondhygiënist. U kunt aan hen ook advies vragen over het gebruik ervan.

Klik [hier](#)  voor een instructie handmatig en elektrisch poetsen voor mensen met een verstandelijke beperking.

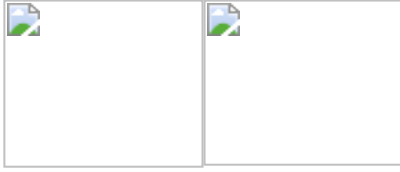
Klik [hier](#) voor een instructie van de tandenstoker.

Klik [hier](#) voor een instructie van de rager.



App GezondeMond

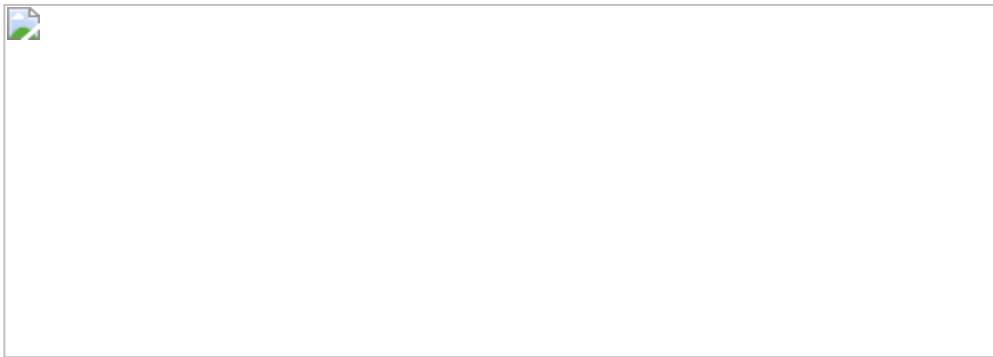
helder, maar eenmaal thuis, bent u de boodschap vergeten. Herkenbaar? Download dan nu de gratis app GezondeMond. De app is beschikbaar voor [Android en tablets en verkrijgbaar via Google Play](#). U kunt de app voor [iPhone en iPad ook vinden in de App Store van iTunes](#).



Wie graag een gezonde mond heeft en houdt, downloadt nu dus gratis de app GezondeMond van het Ivoren Kruis. Hiermee krijgt u de door uw mondzorgverlener gegeven adviezen op uw eigen mobiel. Een handig hulpmiddel bij uw dagelijkse mondhygiëne.

Praktische instructies en adviezen

De applicatie toont praktische instructies voor elektrisch en handmatig tandenpoetsen, het reinigen tussen de tanden en kiezen en het gebruik van mondspoelmiddelen. Bovendien geeft de app de juiste voedingsadviezen om de mond gezond te houden. Een handige poetstimer helpt u twee minuten en dus lang genoeg te poetsen.



De applicatie toont praktische instructies voor elektrisch en handmatig tandenpoetsen, het reinigen tussen de tanden en kiezen en het gebruik van mondspoelmiddelen. Bovendien geeft de app de juiste voedingsadviezen om de mond gezond te houden. Een handige poetstimer helpt u twee minuten en dus lang genoeg te poetsen.

App GezondeMond gratis voor iedereen

Iedereen kan de app gratis downloaden via Google Play en de App Store. Geïnteresseerden zoeken naar GezondeMond. Wie zijn tandarts of mondhygiënist heeft bezocht, krijgt een persoonlijke adviescode mee met de methoden die het meest geschikt zijn uw mond en gebit gezond te houden of gezond te maken. Een advies op maat dus voor een optimale mondhygiëne, afgestemd op de situatie in uw mond. U krijgt het advies mee op een advieskaartje. Hierop staan voor u de geschikte methoden aangegeven met een code. Die adviescode zet u in de app. Een persoonlijk advies op maat verschijnt. Heeft u geen code gekregen? Vraag er dan om bij een bezoek aan uw mondzorgverlener. Standaard is de algemene code E2V1 ingevuld. Wie die gebruikt krijgt tips voor een gezonde mond die voor iedereen relevant zijn.

App geeft persoonlijk advies

Wie niet alleen een persoonlijk advies wil maar de app nóg persoonlijker wil maken, uploadt een passende foto en geeft herinneringsmomenten aan. Zo kunt u herinneringen instellen voor uw favoriete poetsmomenten en aangeven wanneer uw volgende tandartsbezoek is gepland. De app plaatst de afspraak met de mondzorgverlener trouwens direct in uw eigen agenda.

Heldere instructie met duidelijke plaatjes

App-gebruikers die hun persoonlijke advies bekijken, ontdekken heldere instructies met duidelijke plaatjes en korte teksten.

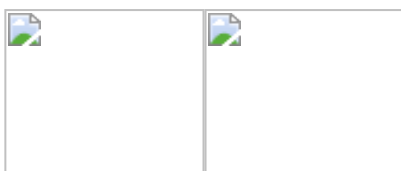
- Stoken: het gebruik van de juiste tandenstokers, welke, hoe gebruik je ze?
- Flossen: de zorgvuldige manier om de ruimten tussen tanden/kiezen en tandvlees te reinigen.
- Ragen: welke maat ragers gebruik je hoe en waar?
- Voedingsadvies: hoe voorkom je gaatjes en tanderosie?
- Tongreinigen: hoe doe je dat?
- Mondspoelen: welk mondspoelmiddel moet ik kiezen?

Wetenschappelijk onderzoek basis van adviezen

Wie aan de adviezen niet genoeg heeft kan [op deze website](#) over diverse mondgezondheidsonderwerpen meer informatie lezen. Alle adviezen komen voort uit wetenschappelijk (evidence based) onderzoek. Ze sluiten aan bij het [Advies Cariëspreventie](#) van het Ivoren Kruis (2011). Dit advies is aanbevolen door de Gezondheidsraad voor toepassing in de klinische richtlijnen voor mondzorg.

Meer weten?

Download dan de gratis app GezondeMond. De app is beschikbaar voor [Android en tablets en verkrijgbaar via Google Play](#). De app voor [iPhone en iPad is te vinden in de App Store van iTunes](#).



[« 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

NIEUWS

[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](#)