



MONDSPOELMIDDELEN

Synoniemen: *mondwater*, *spoelmiddel*

Inhoud

- [Wat helpt niet tegen halitose?](#)
- [Zijn er geneesmiddelen tegen aften?](#)
- [Wennen aan de overkappingsprothese](#)
- [Mondspoelmiddelen](#)
- [Mondspoelmiddelen tegen gaatjes](#)
- [Mondspoelmiddelen tegen ontstekingen en infecties](#)
- [Mondspoelmiddelen tegen tandplak](#)
- [Mondspoelmiddelen tegen een slechte adem](#)
- [Overige mondspoelmiddelen](#)
- [Wanneer moet ik spoelen en hoe vaak?](#)
- [Fabels en feiten over spoelmiddelen](#)
- [Mondspoelmiddelen tegen tanderosie](#)
- [Mondspoelmiddelen tegen een droge mond](#)
- [Kan ik tandplak verwijderen met een mondspoelmiddel?](#)

[« Terug naar het overzicht](#)

Wat helpt niet tegen halitose?

Halitose krijgt u niet weg met frisse snoepjes, kauwgom of sprays. Deze laten alleen een lekkere mintsmaak achter. Vanwege de smaak hebt u het gevoel dat uw adem fris is, maar dat gevoel bedriegt. De verfrissing van uw mond kan uw slechte adem maar gedeeltelijk verdoezelen en meestal maar voor enkele minuten. Ook helpt het niet om vaker en harder te poetsen. Mondspoelmiddelen die niet nadrukkelijk zijn ontwikkeld om de slechte adem te bestrijden, helpen ook niet.

Zijn er geneesmiddelen tegen aften?

Er is geen geneesmiddel met een gegarandeerde werking. Om de pijn enigszins te verlichten kan de tandarts u een middel voorschrijven. Sommige mensen hebben baat bij ontsmettende mondspoelingen met chloorhexidine. Dat is een desinfecterend middel dat het aantal bacteriën in de mond vermindert. Om die reden kunnen de spoelingen een gunstige werking hebben op aften. Deze middelen versnellen de genezing echter niet. Bovendien kan het gebruik pijnlijk zijn.

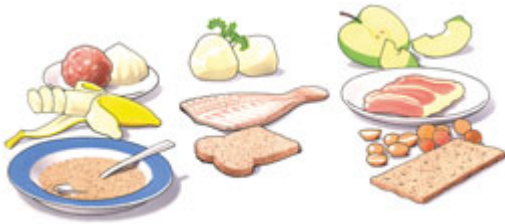
Normaal na het plaatsen brengt u een bezoek aan de tandarts en mag de overkappingsprothese voor de eerste keer uit uw mond. Uw tandarts zal de wonden zonodig reinigen. Hij kan kleine correcties aan uw kunstgebit uitvoeren waarmee hij pijn aanzienlijk kan verminderen of wegnemen. Om uw mond te reinigen, kunt u het voorzichtig spoelen met lauw water. Daar kunt u eventueel een beetje zout in doen. U kunt daarvoor ook een bij de drogist verkrijgbaar mondspoelmiddel met chloorhexidine gebruiken. Spoelen met lauwe kamillethee kan ook heel goed. De wonden genezen en nog eventueel bestaande pijn zal verdwijnen. U zult dan langzaam aan uw overkappingsprothese wennen. Dat vraagt tijd. De een zal sneller wennen dan de ander. Heeft u er erg veel moeite mee? Vraag uw tandarts dan om advies.

Eten

Eten met uw nieuwe overkappingsprothese is wat onwennig. Zeker in het begin zult u voorzichtig aan moeten doen. U ervaart zelf het beste wat wel en niet kan. Probeer langzaam hardere dingen te gaan eten. Stukken afbijten kunt u met een kunstgebit beter niet doen. Snijd uw voedsel daarom in stukjes en kauw rustig en gelijkmatig met de kunstkiezen. Neem daarbij aan beide zijden een stukje voedsel in de mond. Neem er meer tijd voor dan dat u gewend bent.

Praten

In het begin praat u nog wat onwennig. Het is alsof u met een volle mond praat. Bepaalde klanken klinken anders dan u gewend was. Dit is normaal. Meestal gaat het na enkele dagen een stuk beter. Oefen extra met die woorden of letters die nog niet helemaal naar uw zin klinken. Lees bijvoorbeeld de krant hardop.



Mondspoelmiddelen

Uw tandarts of mondhygiënist heeft u geadviseerd een mondspoelmiddel te gaan gebruiken. U heeft bijvoorbeeld een aantal beginnende gaatjes (cariës). Het tandenpoetsen lukt niet zo goed. Of u heeft bijvoorbeeld last van bloedend tandvlees of net een tandvleesbehandeling ondergaan. Natuurlijk kunt u ook zelf overwegen een mondspoelmiddel te gaan gebruiken. Bij de apotheek, de drogist en de supermarkt zijn veel soorten te koop. De verschillende spoelmiddelen hebben een verschillende werking. De tandarts of mondhygiënist adviseert u welke u het beste kunt gebruiken.



Mondspoelmiddelen tegen gaatjes

Mondspoelmiddelen met fluoride versterken het tandglazuur. Tandartsen en mondhygiënist adviseert vooral aan patiënten met een verhoogde kans op gaatjes. Wie (tijdelijk) extra fluoride nodig kan hebben, zijn bijvoorbeeld kinderen of volwassenen met een vaste beugel, patiënten met afwijkingen in de glazuuropbouw of met beginnende gaatjes. Ook wordt een fluoridespoelmiddel aangeraden bij patiënten met gevoelige tanden (als het tandvlees is teruggetrokken) en om gaatjes in de tandwortel (wortelcariës) te voorkomen. Het spoelmiddel is verkrijgbaar bij de apotheek, de drogist of de supermarkt. Wie een fluoridespoelmiddel tijdelijk moet gebruiken, hoort bij de controle van zijn behandelaar of hij ermee moet doorgaan of dat hij ermee kan stoppen. Enkele voorbeelden zijn Listerine Sterk Gebit, Listerine Total Care, Elmex anti-cariës mondspoeling, ACT, Desensin. Ook verkopen drogist en supermarkten producten onder hun eigen merknaam.



Mondspoelmiddelen tegen ontstekingen en infecties

Mondspoelmiddelen met chloorhexidine voorkomen de vorming van tandplak. Deze spoelmiddelen mag u over het algemeen kort (meestal 1 tot 2 weken) gebruiken. Gebruik ervan kan namelijk verkleuring van uw tanden en tong, een vieze smaak en een branderig gevoel van de slijmvliezen geven.

Chloorhexidinespoelmiddelen kunnen door uw behandelaar worden voorgeschreven na een

om mondinfecties te voorkomen na operaties in de mond. Patiënten die niet kunnen uitspugen of spoelen of patiënten die het spoelmiddel slechts op een enkele plek moeten aanbrengen, kunnen het beste een chloorhexidinespray of -gel gebruiken. Als u zonder voorschrift overweegt een chloorhexidinespoelmiddel te gebruiken, overleg dit dan met uw tandarts of mondhygiënist. Enkele voorbeelden zijn PerioAid en Corsodyl.



Mondspoelmiddelen tegen tandplak

Mondspoelmiddelen met antibacteriële eigenschappen kunnen een bijdrage leveren aan een goede mondhygiëne. Dit type spoelmiddel kan helpen de ontwikkeling van tandplak te verminderen en de conditie van het tandvlees te verbeteren. Deze mondspoelmiddelen worden ook vaak gebruikt voor het krijgen van een frisse adem. Wie denkt dat je mondspoelmiddelen kunt gebruiken en dan niet meer hoeft te poetsen, heeft het mis. Ook deze mondspoelmiddelen worden gebruikt als aanvulling op de dagelijkse mondverzorging. Spoelen is geen vervanging van tandenpoetsen! Enkele voorbeelden zijn Meridol, Listerine Coolmint en Cool Citrus.



Mondspoelmiddelen tegen een slechte adem

met een tongreiniger. Werkt dat onvoldoende? Dan kunt u daarnaast de bacteriën die de slechte adem veroorzaken, doden met een gorgelmiddel en/of een mondspray. Voorbeelden zijn Halita en Meridol Halitoses.



Overige mondspoelmiddelen

Er zijn heel veel verschillende soorten spoelmiddelen verkrijgbaar. De een werkt tegen gevoelige tanden en weer een andere geeft een frisse adem. Veel producten bieden uitstekende resultaten, maar hun werking is nooit wetenschappelijk aangetoond. Natuurlijk kunt u zelf nagaan of het product voor u werkzaam is, of u er baat bij heeft of dat u de smaak waardeert. Voorbeelden zijn Aquafresh, Sensodyne, Odol en diverse huismerken van drogisterijen etc.



Wanneer moet ik spoelen en hoe vaak?

Wanneer u moet spoelen, hangt sterk af van het product dat u gebruikt. Raadpleeg de instructies op de verpakking of in de bijsluiter. Hierin vindt u ook informatie met hoeveel mondspoelmiddel u moet spoelen, hoe lang u dat moet doen en hoe vaak. Geeft uw tandarts of mondhygiënist u een advies voor gebruik van een spoelmiddel? Volg dan dat advies.

Fabels en feiten over spoelmiddelen

uw tanden te poetsen met een fluoridetandpasta. Op advies van uw behandelaar kunt u ook dagelijks de ruimten tussen uw tanden en kiezen schoonmaken met ragers, tandenstokers, flossdraad of monddouche. Daarnaast zal uw tandarts of mondhygiënist aangeven of spoelen voor u noodzakelijk of aan te raden is.

Kan ik mijn mondhygiëne verbeteren door mondspoelmiddelente gebruiken? En zo ja hoe?

Als extra aanvulling op uw dagelijkse mondhygiëne kunt u een mondspoelmiddel gebruiken om de ontwikkeling van tandplak te helpen verminderen en de conditie van het tandvlees te verbeteren.

U kunt natuurlijk ook een spoelmiddel gebruiken omdat u dat prettig vindt. Uw tandarts of mondhygiënist kan u adviseren. Volg de aanwijzingen op de verpakking van de fabrikant.

Kan ik gaatjes voorkomen door een mondspoelmiddel te gebruiken?

Gaatjes kunt u voorkomen door tweemaal per dag uw tanden te poetsen met een fluoridetandpasta. Met de tandenborstel verwijdert u de tandplak van uw tanden en kiezen. Met de tandpasta brengt u fluoride op uw tanden aan. Fluoride maakt het tandglazuur harder er minder gevoelig voor het krijgen van gaatjes. Als u desondanks toch gaatjes krijgt, kan het raadzaam zijn met een fluoridemondspoelmiddel te spoelen. Het spoelen van de mond is een aanvulling op het tweemaal daags tandenpoetsen, maar vervangt het tandenpoetsen niet.

Ik gebruik een spoelmiddel. Kan ik het tandenpoetsen nu overslaan?

Nee! Het gebruik van een mondspoelmiddel is altijd een aanvulling op de twee dagelijkse poetsbeurten.

Moet je na het eten spoelen met water? Dat kan. Door na het eten te spoelen met water, spoelt u de etensresten in uw mond weg. Natuurlijk brengt u door het spoelen met water geen stoffen aan om uw gebit te beschermen.

Kan ik een spoelmiddel gebruiken voor een frisse smaak?

Ja, door het gebruik van spoelmiddelen krijgt u een frisse smaak in uw mond. Maar een frisse smaak wil nog niet zeggen dat u een frisse adem heeft. De verfrissing van uw mond kan een slechte adem (halitose) maar gedeeltelijk verdoezelen en meestal maar voor enkele minuten.

Moet ik een spoelmiddel alleen uitspugen of moet ik daarna ook mijn mond spoelen met water?

Voor een goed gebruik van de spoelmiddelen moet u de bijsluiters lezen of het advies van uw tandarts of mondhygiënist opvolgen. In het algemeen is het niet wenselijk met water na te spoelen.

Kan ik een mondspoelmiddel met alcohol gebruiken?

Volwassenen kunnen een mondspoelmiddel met alcohol gebruiken. Het toevoegen van alcohol aan mondwater is voor sommigen een punt van zorg in verband met een vermeende relatie met het optreden van kanker in de mond. In onderzoek zijn geen relaties gevonden tussen het gebruik van alcohol bevattende mondwaters en het ontstaan van mondkanker. Het is aan de gebruiker te beslissen om een alcoholhoudend mondwater wel of niet te gebruiken. Overleg desgewenst met uw behandelaar.

Wilt u zeker weten of een mondspoelmiddel voor u zinvol is? Overleg dan met uw tandarts of mondhygiënist voordat u met het middel begint.

Mondspoelmiddelen tegen tanderosie

Tanderosie is het oplossen van het tandglazuur door inwerking van zuren uit voedsel en dranken of uit de maag. Om tanderosie te voorkomen is het belangrijk niet meer dan zeven keer per dag te eten of drinken en tweemaal de tanden te poetsen met een fluoridetandpasta. Daarnaast adviseren tandartsen en mondhygiënisten een uur voor het tandenpoetsen geen zure producten te nuttigen. Ook kunt u uw mond



Mondspoelmiddelen tegen een droge mond

Een droge mond ontstaat door een tekort aan speeksel. De speekselklieren geven bijvoorbeeld te weinig speeksel af of werken helemaal niet meer. Veel medicijnen hebben een droge mond als bijwerking. Ook ziekten en bestraling kunnen een droge mond veroorzaken. Als uw speekselklieren niet meer werken is het niet mogelijk de speekselproductie te stimuleren. Als ze nog een beetje werken lukt dat vaak onvoldoende. Mogelijk kunnen zogenoemde speekselvervangers uitkomst bieden. Dit zijn speciale bevochtigingsvloeistoffen of -gels die een prettig mondgevoel kunnen geven. Goede voorbeelden zijn Biotène mondspoeling en Biotène OralBalance.



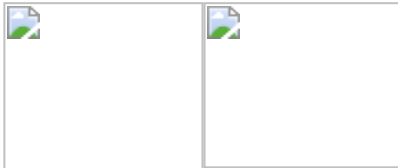
Kan ik tandplak verwijderen met een mondspoelmiddel?

Sommige mondspoelmiddelen maken het verwijderen van tandplak gemakkelijker. Toch kunnen ze het gebruik van een tandenborstel gecombineerd met tandenstokers, ragers of flossdraad niet vervangen. Mondspoelmiddelen kunnen wel even een frisse mondgeur en aangename smaak geven.



App GezondeMond

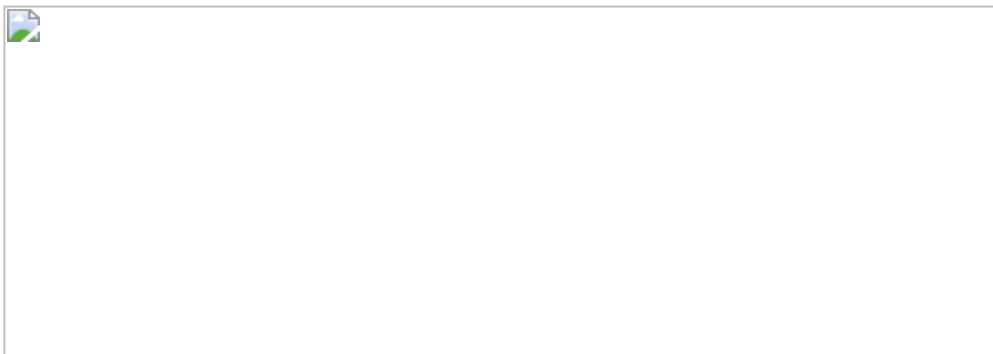
Kunt u de adviezen van uw tandarts of mondhygiënist allemaal onthouden? U hoorde iets over ragen en poetsen, maar wat zei uw zorgverlener ook al weer? In de tandartsstoel was het verhaal allemaal nog zo helder, maar eenmaal thuis, bent u de boodschap vergeten. Herkenbaar? Download dan nu de gratis app 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

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.

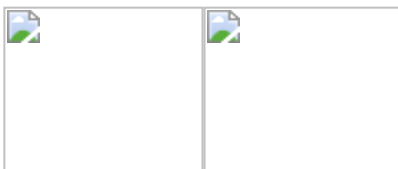
- Elektrisch en handmatig tandenpoetsen: wat is de beste borstel, hoe plaats je de borstel op de tanden, kiezen en tandvlees, hoe poets je goed en gemakkelijk in de beste volgorde?
- Stoken: het gebruik van de juiste tandenstokers, welke, hoe gebruik je ze?
- Flossen: de zorgvuldige manier om de ruimten 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

[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](#)