



## TANDSTEEN

**Synoniemen:** *verkalkte tandplak*

### Inhoud

- [Welke problemen met de mondgezondheid kunnen op latere leeftijd ontstaan?](#)
- [Hoe voorkomt u gaatjes en ontstoken tandvlees als u ouder wordt?](#)
- [Regelmatig schoonmaken van de overkappingsprothese](#)
- [Ontstoken tandvlees](#)
- [Rokers hebben vaak meer tandplak en tandsteen dan niet-rokers](#)
- [Waarom bloedt het tandvlees van rokers minder snel?](#)
- [Poets tandplak weg](#)
- [Wat is de oorzaak van ontstoken tandvlees?](#)

[« Terug naar het overzicht](#)

## Welke problemen met de mondgezondheid kunnen op latere leeftijd ontstaan?

### Ontstoken tandvlees

Nogal wat mensen krijgen op latere leeftijd ernstige tandvleesproblemen.

Iedere keer als u iets eet of drinkt, vormt zich een doorzichtig, zacht en kleverig laagje op uw tandvlees, tanden en kiezen: (tand)plak. Als u de tandplak die langs de rand van het tandvlees en tussen de tanden en kiezen zit niet verwijdert, veroorzaken de bacteriën in de plak ontstoken tandvlees. Niet verwijderde plak kan hard worden en verkalken tot tandsteen. Aan tandsteen hecht zich weer gemakkelijk nieuwe plak. De tandvleesontsteking kan daardoor verergeren. Rood, gezwollen en bloedend tandvlees zijn de kenmerken van ontstoken tandvlees.

### Wortelcariës

Op latere leeftijd kunnen aan de tandwortel gaatjes ontstaan: de zogeheten wortelcariës. Het tandvlees trekt zich terug, waardoor de tandwortel gedeeltelijk bloot komt te liggen. Op deze plaats ontbreekt het beschermende glazuurlaagje. Tand en kiezen zijn hier extra kwetsbaar voor gaatjes. Door het terugtrekkende tandvlees wordt de ruimte tussen tanden en kiezen bovendien groter, en juist daar hoopt tandplak zich gemakkelijk op. Tandplak veroorzaakt gaatjes, vooral op de blootliggende wortels van de tanden en kiezen.

### Droge mond

tong en lippen. Ook heeft speeksel een reinigende werking op de tanden, de kiezen en het mondslijmvlies. Door onvoldoende speeksel vormt zich sneller dan normaal tandplak.

Sommige medicijnen hebben als bijwerking dat de speekselklieren worden geremd in de afgifte van speeksel. Dat geldt met name voor medicijnen tegen hoge bloeddruk, slaapmiddelen en antidepressiva. Ook te weinig drinken kan een van de oorzaken van een droge mond zijn. Daarnaast kan een droge mond optreden bij uitdroging door koorts of diarree.

## Hoe voorkomt u gaatjes en ontstoken tandvles als u ouder wordt?

Gaatjes kunt u alleen voorkomen door op uw voeding te letten (weinig tussendoortjes en kleverige producten vermijden), en tweemaal daags te poetsen met fluoridetandpasta.

Als uw handen stijf worden, dan gaat het tandenpoetsen wat moeilijker. Een elektrische tandenborstel kan dan een gemakkelijk hulpmiddel zijn.

Klik hier voor informatie over [elektrische tandenborstels](#).

Tandvlesproblemen voorkomt u door naast tweemaal daags te poetsen, de ruimten tussen tanden en kiezen goed te reinigen. Maak deze dagelijks goed schoon met tandenstokers of ragers. Flossdraad is hiervoor minder geschikt. Dat komt omdat de ruimten tussen de tanden en kiezen vaak groter worden als u ouder bent. Flossdraad is alleen geschikt voor tanden die dicht op elkaar staan.

Ondanks een goede mondverzorging, hebben sommige mensen last van veel tandsteen. De tandarts of mondhygiënist kan tandsteen verwijderen.

## Regelmatig schoonmaken van de overkappingsprothese

Als u uw overkappingsprothese uit mag doen, moet u deze en vooral de wortels na elke maaltijd en voor het slapengaan goed reinigen. Op het kunstgebit, maar ook eronder, op de wortels en het slijmvlies waarop uw gebit rust blijven gemakkelijk voedselresten en tandplak achter. Als u deze niet verwijdert, ontstaan gaatjes in de wortels en gaat het tandvles rondom de wortels ontsteken. Daardoor kunnen ze pijn veroorzaken, los gaan staan en zelfs verloren gaan.

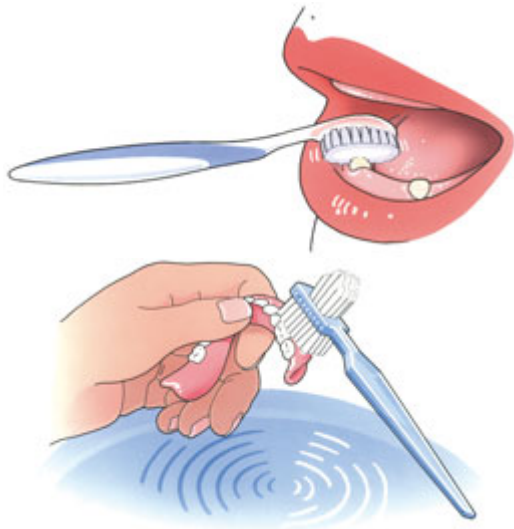
### De overkappingsprothese

Etenresten en tandplak aan de binnen- en buitenzijde van de overkappingsprothese kunt u het beste verwijderen met behulp van een speciale protheseborstel. Gebruik géén tandpasta of prothesereinigingsmiddel, maar water en zeep. Tandpasta kan te veel schuren. Een schoon kunstgebit voelt altijd glad aan. Laat uw kunstgebit tijdens het schoonmaken niet uit uw handen glijpen. Het zal kapot gaan. Vul voor de zekerheid eerst de wasbak met water of leg er een handdoek in en maak uw kunstgebit daarboven schoon.

U kunt overwegen uw kunstgebit een paar keer per week een nachtje in een zwak werkend prothesereinigingsmiddel (bijvoorbeeld van ®Ecosym) te leggen. Hiermee voorkomt u verkleuring, ontstaan door b.v. thee of rode wijn, én de vorming van tandsteen op uw kunstgebit. Borstel uw kunstgebit daarna goed en spoel het af met water. Leg uw kunstgebit nooit in heet water en gebruik geen agressieve prothesereinigingsmiddelen en zeker geen bleekwater of schuurmiddelen.

### Maak ook de wortels en uw mond schoon

Spoel in het begin, als de wonden nog niet helemaal zijn genezen, uw mond na elke maaltijd met een



## Ontstoken tandvlees

Ontstoken tandvlees kan leiden tot teruggetrokken tandvlees.

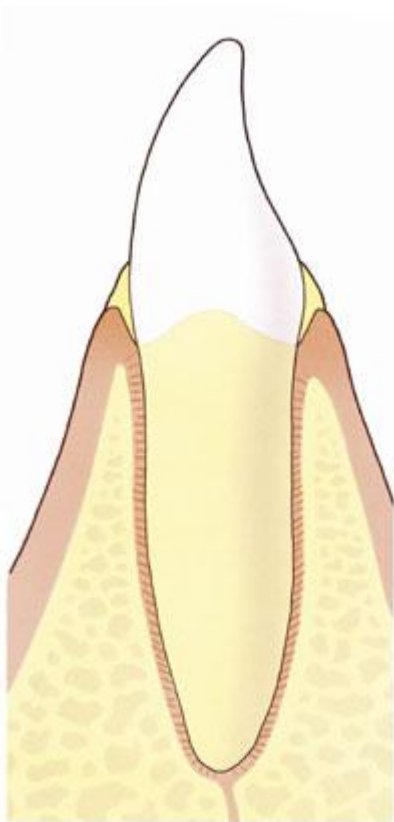
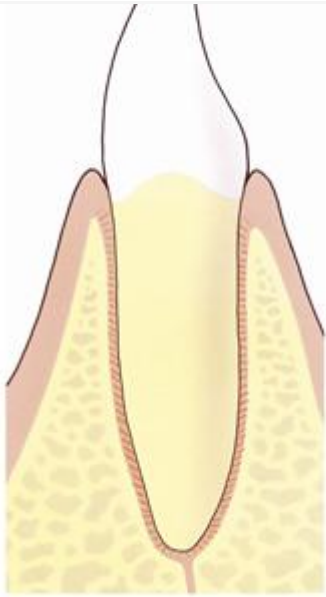
Gezond tandvlees is roze, ligt strak om de tanden en kiezen en bloedt niet als u uw tanden poetst.

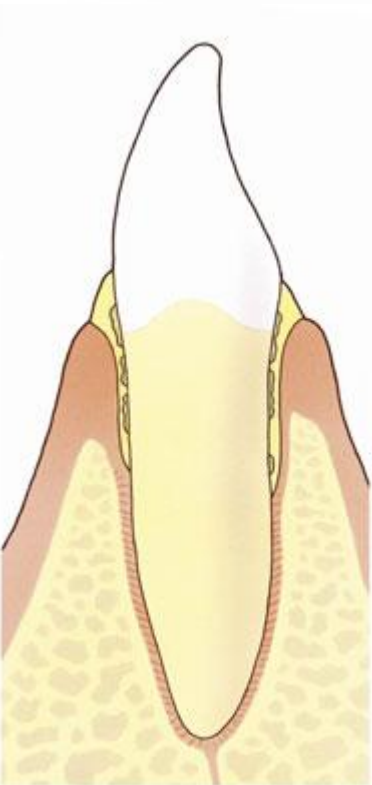
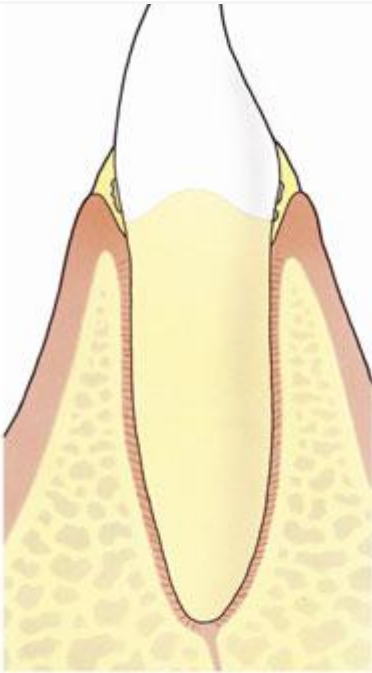
Rood, gezwollen of bloedend tandvlees duidt meestal op ontstoken tandvlees. Tandplak op de overgang van uw tandvlees naar uw tand of kies en de plak die tussen uw tanden en kiezen zit, veroorzaken ontstoken tandvlees. Dit stadium wordt gingivitis genoemd.

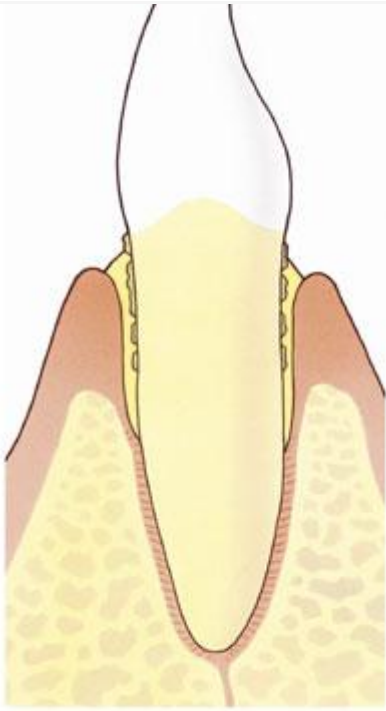
Als u plak niet goed verwijdert, zorgen de bacteriën in de plak ervoor dat uw tandvlees verder ontstoken raakt. Niet verwijderde plak verkalkt tot tandsteen. Aan tandsteen hecht zich makkelijk weer nieuwe plak.

Tussen de tand en het tandvlees zit een kleine ruimte (pocket). Omdat ontstoken tandvlees los komt te staan van de tanden en kiezen wordt die ruimte dieper. De ontsteking in de tandvleesrand kan zich uitbreiden in de richting van het kaakbot. Daardoor laat het tandvlees nóg verder los. Door de ontsteking gaan de vezels stuk en wordt het kaakbot afgebroken. Gevolg? Nog diepere pockets. Hierin verkalkt de tandplak gedeeltelijk tot tandsteen. Deze voortschrijdende ontsteking met afbraak van vezels en kaakbot heet parodontitis.

Door het ontstoken tandvlees zijn de tanden en kiezen los komen te staan en is het tandvlees teruggetrokken. De wortel ligt gedeeltelijk bloot. Parodontitis kan behandeld worden, waardoor het tandvlees weer gezond wordt. Eenmaal teruggetrokken tandvlees komt niet meer terug.

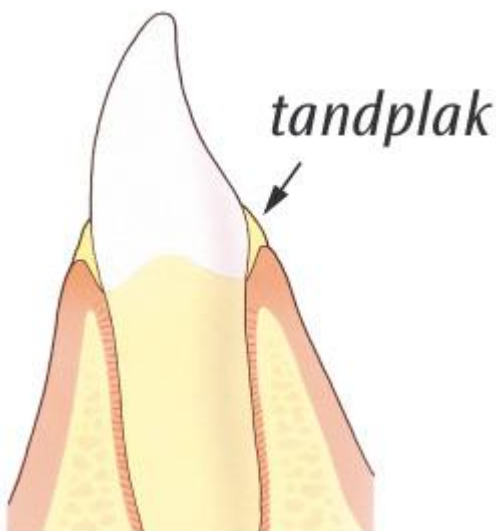






## Rokers hebben vaak meer tandplak en tandsteen dan niet-rokers

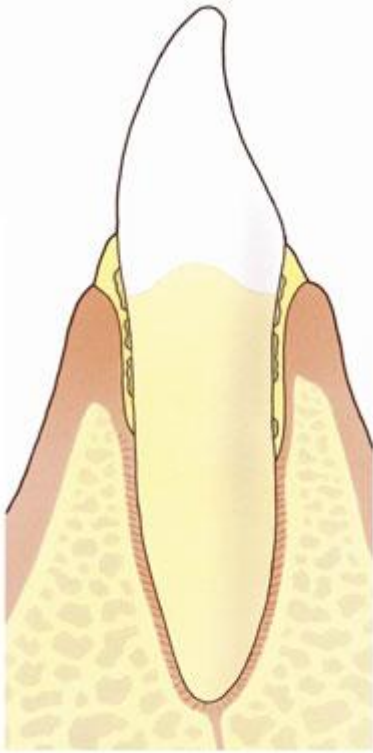
Op en tussen uw tanden en kiezen en op de overgang naar het tandvlees ontstaat tandplak. Dit nauwelijks zichtbare wit-gelige laagje bestaat uit bacteriën en producten van bacteriën. Niet verwijderde plak kan hard worden en verkalken tot tandsteen. Aan tandsteen hecht zich makkelijk weer nieuwe plak. Tandplak is de veroorzaker van ontstoken tandvlees. Ontstoken tandvlees is pijnlijk en bloedt bij aanraking, bijvoorbeeld met een tandenborstel. Rokers hebben vaak meer tandplak en tandsteen dan niet-rokers. Meer kans op tandvleesontstekingen dus. Bovendien zijn de tandvleesontstekingen bij hen vaak ernstiger en slaat een behandeling ervan doorgaans minder goed aan.



## Waarom bloedt het tandvlees van rokers minder snel?

Nicotine vernauwt de bloedvaatjes in het tandvlees. Daarmee onderdrukt roken de verschijnselen van een tandvleesontsteking. Het ontstoken tandvlees van rokers bloedt minder snel dan van niet-rokers. Daarom

tandplak af. Ook beïnvloedt roken de wondgenezing negatief.



## Poets tandplak weg

Om uw mond gezond te houden, moet u tandplak verwijderen. Dit wit-gele laagje is moeilijk zichtbaar en ontstaat op én tussen uw tanden en kiezen en op de overgang naar het tandvlees. Tandplak bestaat uit bacteriën en producten van bacteriën. In vrijwel al ons eten en drinken zitten suikers en zetmeel. Suikers worden aan veel voedingsmiddelen toegevoegd (bijvoorbeeld frisdrank), maar er zitten ook van nature suikers in producten (bijvoorbeeld fruit). De bacteriën in de mond zetten suikers en zetmeel om in zuren. Die zuren veroorzaken gaatjes in uw gebit. Tandplak veroorzaakt bovendien ontstoken tandvlees. Als u de plak niet goed verwijdert, zorgen de bacteriën in de plak ervoor dat uw tandvlees ontstoken raakt. Niet verwijderde plak wordt hard en verkalkt tot tandsteen. Aan tandsteen hecht zich makkelijk weer nieuwe plak. Hierdoor raakt het tandvlees steeds meer ontstoken. De ontsteking kan zich uitbreiden en het daaronder gelegen kaakbot aantasten. Uiteindelijk kan er zoveel kaakbot verdwijnen dat je tanden en kiezen los gaan staan.

## Wat is de oorzaak van ontstoken tandvlees?

Tandplak op de overgang van uw tandvlees naar uw tand of kies en de tandplak die tussen uw tanden en kiezen zit, veroorzaken ontstoken tandvlees. Als u de tandplak niet goed verwijdert, zorgen de bacteriën in de tandplak ervoor dat uw tandvlees ontstoken raakt. Niet verwijderde tandplak kan hard worden en verkalken tot tandsteen. Aan tandsteen hecht zich makkelijk weer nieuwe tandplak. Hierdoor raakt het tandvlees steeds meer ontstoken. Tandplak is lastig te zien. Een tandplakverklikker is een handig hulpmiddel om tandplak zichtbaar te maken.

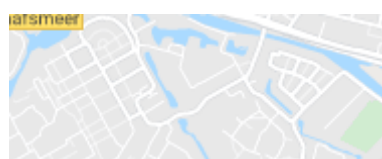


[« Terug naar het overzicht](#)

## CORONAVIRUS EN UW MONDZORG



Ook in coronatijd zijn controles belangrijk



### ADRESGEGEVENS

Kruidenhof 3  
1112 NV Diemen



## 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](#)