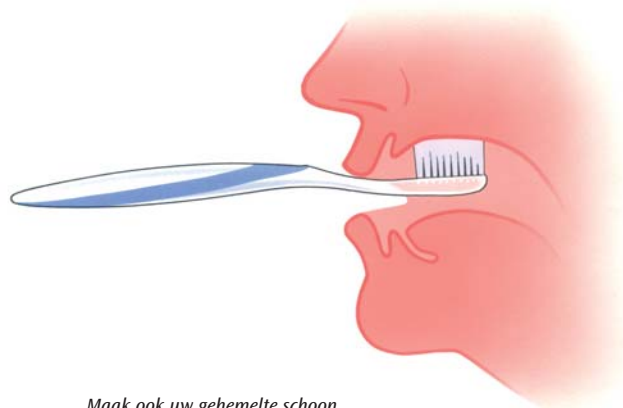


nachtje in een reinigingsmiddel. Hiermee voorkomt u de vorming van tandsteen op uw kunstgebit. Borstel uw kunstgebit daarna goed en spoel het af met water. Leg uw gebit nooit in heet water en gebruik zeker geen bleekwater of schuurmiddelen.

#### **Maak ook uw mond schoon**

Houd behalve uw kunstgebit ook uw mond schoon. Spoel in het begin, als de wonden nog niet helemaal zijn genezen uw mond na elke maaltijd met een beetje lauw water. Daarna kunt u uw tandvlees beter met een zachte tandenborstel poetsen. Gebruik daarvoor gewone fluoridetandpasta. Masseer met een zachte tandenborstel minstens één keer per dag het slijmvlies waarop uw kunstgebit rust: uw kaken en de overgang van de kaak naar de wangen. Poets ook uw gehemelte, want ook daar kunnen voedselresten zitten.



*Maak ook uw gehemelte schoon*

#### **Slapen met of zonder kunstgebit**

Uw kaken hebben een tijdje nodig om aan het kunstgebit te wennen. Laat uw kunstgebit de eerste week dan ook 's nachts in uw mond. Daarna is het juist beter om het voor het slapengaan wel uit te doen. Op die manier geeft u ook uw kaken rust. Vindt u het vervelend om met een lege mond te slapen? Doe dan alleen het ondergebit uit. Wilt u toch uw hele kunstgebit dag en nacht dragen? Laat uw mond en kunstgebit dan minimaal één keer per jaar door uw tandarts controleren.

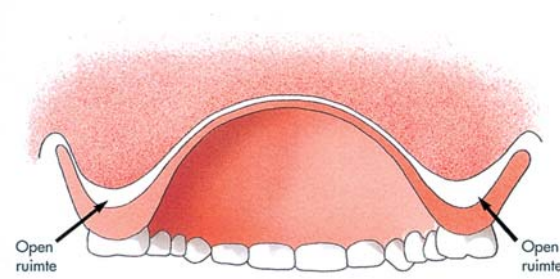
Heeft u het kunstgebit niet in uw mond? Bewaar het dan in een glas water. Ververs het water iedere dag. Uw kunstgebit kunt u ook in een glas gevuld met een reinigingsmiddel bewaren. Spoel uw kunstgebit altijd goed af met water voordat u het weer in uw mond plaatst.

#### **Aanpassingen**

Na enige tijd zult u het gevoel hebben dat uw kunstgebit iets losser zit. Dat klopt. De wonden zijn genezen, waardoor uw kaken iets zijn geslonken. Hierdoor is ruimte ontstaan tussen uw kaak en uw kunstgebit. Na ongeveer zes weken of liever nog iets langer, kan de tandarts uw kunstgebit aanpassen. Hij kan een nieuwe laag of 'voering' in uw kunstgebit aanbrengen, waardoor het weer steviger zit. In de meeste gevallen zult u dan uw kunstgebit één of twee dagen moeten missen.

#### **Enmaal een kunstgebit, voor altijd klaar?**

Na verloop van tijd bent u gewend aan uw kunsttanden en -kiezen. Zo goed zelfs, dat het lijkt alsof ze er altijd zijn geweest. Maar dat blijft helaas niet zo. Uw mond verandert omdat uw kaken slinken. Uw kunstgebit blijft wel even groot. Er ontstaat dus ruimte tussen uw kunstgebit en uw kaak, waardoor uw gebit op den duur losser gaat zitten. Als uw kunstgebit niet goed meer past, kan het op sommige plaatsen op uw kaak zwaarder gaan drukken dan op andere. Dat kan pijn veroorzaken. Ga in dat geval naar uw tandarts. Schuur of vijl niet zelf aan uw kunstgebit! In zo'n geval past uw tandarts uw kunstgebit aan. Hij kan een nieuwe laag of 'voering' in uw kunstgebit aanbrengen, waardoor het weer steviger zit.



*Uw kaken slinken, waardoor uw kunstgebit losser gaat zitten*

#### **Controle**

Om pijn te voorkomen en om loszitten van uw kunstgebit tijdig te kunnen constateren, is aan te raden minstens één keer per twee jaar naar de tandarts te gaan. Ga ook als u geen klachten heeft. Het slinken van uw kaken gaat heel ongemerkt. Het zal u in eerste instantie dus niet opvallen. Uw tandarts zal meestal het kunstgebit in de onderkaak, maar soms ook het kunstgebit in de bovenkaak na verloop van tijd moeten aanpassen. Of hij kan u op tijd aanraden een nieuwe te nemen (meestal na een jaar of tien), want ook een kunstgebit kan verslijten. De tandarts controleert bovendien of uw mond nog goed gezond is. Vooral mensen met een slecht passend kunstgebit of mensen die hun kunstgebit al jarenlang dragen, kunnen vervelende mondafwijkingen krijgen.

#### **Kleefpasta's, kleefpoeders en andere hulpmiddelen**

Er zijn allerlei kleefpasta's, kleefpoeders en 'voeringen' op de markt om een kunstgebit meer houvast te geven. Die middelen zijn eigenlijk allemaal noodoplossingen. De oorzaak van het probleem wordt niet echt weggenomen. Doe nooit watjes onder uw kunstgebit. Uw kaken gaan daarvan alleen maar sneller slinken. Gaat uw kunstgebit loszitten? Ga dan naar uw tandarts. Hij ziet meestal direct wat er aan de hand is en kan u het beste advies geven.

Heeft u nog vragen? Neem dan contact op met uw tandarts.

Dit vouwblad is samengesteld door de Redactieraad van het Ivoren Kruis met aanbevelingen van het Adviescollege Preventie Mond- en Tandziekten en mede mogelijk gemaakt door Oral-B. Doel van de Vereniging Ivoren Kruis is het bevorderen van mondgezondheid. Circa 4000 tandartsen en mondhygiënist zijn lid van deze vereniging. Meer weten? [www.ivorenkruis.nl](http://www.ivorenkruis.nl)

© Ivoren Kruis / 2008

ivoren  kruis  
Voor een gezonde mond

## Van eigen gebit naar kunstgebit



**U krijgt een kunstgebit. Dat is een grote verandering, want uw nieuwe kunstgebit speelt een belangrijke rol bij het kauwen en spreken. Bovendien zijn uw kunsttanden erg belangrijk voor uw uiterlijk. Uw tanden zijn immers uw eerste blikvanger.**

#### Het trekken van tanden en kiezen

Het trekken van tanden en kiezen gebeurt meestal niet in één keer. De tandarts trekt eerst uw kiezen. Pas later uw tanden. Die blijven dus voorlopig nog staan, zodat u niet zonder tanden zult lopen. Tussen het trekken van de kiezen en de tanden zit doorgaans enkele weken. In de tussentijd krijgt het tandvlees de gelegenheid om te genezen en te herstellen. U zult het dus een tijdje zonder kiezen moeten stellen. Met eten is dat een beetje behelpen. Als de wonden nog niet zijn genezen, kunt u het beste zacht voedsel eten. Daarna kunt u gewoon weer eten wat u normaal gewend bent. Meestal zal uw kauwvermogen minder zijn.

#### Een afdruk maken

Voordat de tandarts de tanden trekt, maakt hij een afdruk van uw kaak. Dat gebeurt met behulp van een afdruklepel, gevuld met een speciaal afdrukmetaal. In het tandtechnisch laboratorium wordt die afdruk met gips gevuld. Hierdoor ontstaat een gipsmodel. Hierop wordt een goed passende afdruklepel van kunsthar gemaakt. Met deze lepel wordt nóg een afdruk gemaakt om een nóg nauwkeurig gipsmodel te krijgen. Hierop wordt uw kunstgebit gemaakt.

Bent u tevreden over de kleur, de vorm en de stand van uw eigen tanden? Of misschien juist niet? Informeer uw tandarts hierover vóórdat het kunstgebit wordt gemaakt. Uw tandarts kan u hierin advies geven. Hij zal proberen zoveel mogelijk met uw wensen rekening te houden.

#### Het kunstgebit wordt direct geplaatst

Vroeger liepen mensen voordat ze een kunstgebit kregen een tijdje zonder tanden. Tegenwoordig hoeft dat niet meer. Het kunstgebit, ook wel immediaatprothese genoemd, wordt onmiddellijk in uw mond geplaatst als de laatste tanden zijn getrokken. Dus direct over de verse wonden heen. Dat vindt u misschien een vreemd idee, maar dit heeft een groot voordeel. Uw kunstgebit zit in het begin namelijk als een soort verband op de wonden.

Als u in de spiegel kijkt, moet u waarschijnlijk erg wennen. Uw mond is nu eenmaal een belangrijke blikvanger en die is veranderd. Neem een paar dagen de tijd om te wennen en beoordeel pas dan hoe u er met uw nieuwe tanden en kiezen uitziet.



*Tanden en kiezen zijn belangrijk voor het kauwen, spreken en het uiterlijk*

#### De eerste dag

Uw nieuwe kunstgebit zit de eerste dag waarschijnlijk niet meteen lekker. Het kan klemmen en soms pijn veroorzaken. Toch mag u het niet uit uw mond halen. Omdat uw tandvlees daarna kan gaan zwellen, zal het kunstgebit niet meer goed in uw mond passen.

#### Nabloeden

De eerste uren na het trekken van uw tanden kunnen de wonden nog een beetje nabloeden. Dat kan uw speeksel rood kleuren. Dit zal vrij snel ophouden. Dan neemt het speeksel ook weer de normale kleur aan. Dat betekent niet dat de wonden helemaal zijn genezen. De eerste 24 uur kunt u ook beter niet spoelen. Er vormen zich namelijk bloedstolsels in de wonden. Als u spoelt, laten die stolsels los en begint het bloeden opnieuw. Drinken mag wel.

Er is een kleine kans dat het bloeden niet overgaat, ondanks de genomen voorzorgsmaatregelen. Waarschuw dan uw tandarts. Neem ook contact op als u pijn houdt. Neem in elk geval niet zomaar een pijnstiller. Sommige pijnstillers kunnen het bloeden juist verergeren. Spreek goed met uw tandarts af wat u de eerste 24 uur wel of niet moet doen.

#### Wennen aan het kunstgebit

Pas na de eerste dag mag het kunstgebit uit uw mond. Afhankelijk van wat u heeft afgesproken, doet uw tandarts dat of doet u dat zelf. Wees voorzichtig voor de wonden als u het zelf mag doen. Spoel het kunst-

gebit af en borstel het schoon. 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, bijvoorbeeld Perio-Aid of Corsodyl. Spoelen met lauwe kamillethee kan ook heel goed. Na een paar dagen beginnen de wonden te genezen en zal de pijn verdwijnen. U zult dan langzaam aan uw kunstgebit 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 kunstgebit is wat onwennig. Zeker in het begin zult u voorzichtig aan doen. U ervaart zelf het beste wat wel en niet kan. Neem de eerste dagen zacht voedsel, zoals puree, gehakt en zacht fruit. Probeer enkele dagen daarna een stukje vis en een aardappel. Weer later kunt u voedsel eten zoals vlees of een appel. Stukken afbijten kunt u met een kunstgebit beter niet doen. Snijd uw voedsel daarom in stukjes en kauw rustig en gelijkmatig met uw nieuwe kunstkiezen. Neem daarbij aan beide zijden een stukje voedsel in de mond. Neem er iets meer tijd voor dan dat u gewend was.



*Begin de eerste dagen met zacht voedsel*

#### Praten

Met uw nieuwe kunstgebit praat u in het begin wat onwennig. U slist bijvoorbeeld. Of bepaalde klanken klinken anders dan u gewend was. Het is alsof u met een volle mond praat. Dit is normaal. Uw mond moet nog wennen aan uw nieuwe kunstgebit. 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.

#### Regelmatig schoonmaken

##### Het kunstgebit

Uw kunstgebit is nu nog nieuw en mooi. Dat wilt u natuurlijk graag zo houden. Daarom moet u, net als bij eigen tanden en kiezen, uw kunstgebit verzorgen. Als u het niet regelmatig schoonmaakt, blijven er voedselresten achter. Zowel op uw kunstgebit als eronder. Als u die niet verwijdert, kan uw tandvlees op den duur gaan ontsteken. Reinig uw gebit daarom zorgvuldig na iedere maaltijd. Gebruik een speciale protheseborstel, bijvoorbeeld van Lactona of Oral-B, en water om etenresten goed te verwijderen. Gebruik géén tandpasta. Die kan te veel schuren. Een schoon kunstgebit voelt altijd glad aan. Laat uw gladde gebit tijdens het reinigen niet uit uw handen glippen. Het zal kapot gaan. Vul voor de zekerheid eerst de wasbak met water en reinig uw gebit daarboven.



*Reinig uw kunstgebit na iedere maaltijd*

Reinig uw kunstgebit dagelijks met een bij de drogist of apotheek beschikbaar reinigingsmiddel. Volg daarbij de voorschriften van de fabrikant. Vraag eventueel uw behandelaar of mondhygiënist om advies. Leg uw kunstgebit sowieso één keer per week een