

Buitenbeugel

Wat is een buitenbeugel?

Een buitenbeugel (de orthodontist noemt dit een headgear) bestaat uit een metalen draad die in de mond in buisjes geschoven wordt. De buisjes zitten vast aan banden die om de achterste of de één na achterste kiezen van de bovenkaak zitten. De metalen draad komt bij de mondhoecken naar buiten, en loopt langs de wangen naar achteren toe. De buitenbeugel wordt aangespannen met een elastieken band die om de nek of over het hoofd loopt. Vaak zul je bij de buitenbeugel ook nog andere orthodontische apparatuur moeten dragen.

Hoe werkt de buitenbeugel?

Meestal zul je een buitenbeugel krijgen, omdat de onderkaak en de bovenkaak niet goed op elkaar passen. De onderkaak zit dan te ver naar achter. De buitenbeugel beïnvloedt onder andere de groei van de bovenkaak, doordat het elastiek in je nek of over je hoofd aan je kaak trekt. De bovenkaak groeit dan niet verder meer naar voren. De onderkaak groeit wel verder naar voren, en de kaken gaan daardoor beter op elkaar passen. Je kaken groeien de hele dag, daarom moet de beugel een groot deel van de dag gedragen worden. Het is echter niet nodig de buitenbeugel de hele dag in te hebben. Omdat hij op je kiezen vastzit, is het ook mogelijk die kiezen wat naar achter te schuiven of te draaien. Er zal dan meer ruimte komen voor de andere tanden en kiezen in de bovenkaak.

Wanneer moet de buitenbeugel gedragen worden?

Je moet de buitenbeugel minimaal 16 uur per dag dragen. Dat betekent dus dat je de beugel op school en 's nachts moet dragen. Het dragen hoeft niet aaneengesloten te zijn. Elk uur dat je de buitenbeugel draagt is er één. Het is erg belangrijk dat je je nauwkeurig aan de opgegeven draagtijd houdt. Draag je hem te weinig dan wordt de behandeling langer, moeilijker of mislukt helemaal. Je kunt de buitenbeugel rustig bij sporten in houden. Hij werkt dan als een soort tandbeschermer. Als je gaat zwemmen moet je de buitenbeugel uitdoen omdat het elastiek door het water slap wordt. Om dezelfde reden mag het elastiek ook niet gewassen worden.

Wanneer moet je voor behandeling komen?

De buitenbeugel moet regelmatig gecontroleerd en bijgesteld worden. Dit gebeurt meestal om de één of twee maanden. Je moet de buitenbeugel iedere keer meebrengen. Als hij kapot gaat, of de bandjes op de kiezen gaan loszitten, moet je direct opbellen om een afspraak te maken. Haal het loszittende bandje dan van je kies af en breng het mee, zodat het weer vastgezet kan worden. Als je de buitenbeugel krijgt, wordt je geleerd hoe je hem in moet zetten en uit moet nemen. Doe het voorzichtig, en schuif de buitenbeugel zoveel mogelijk recht naar achter in de buisjes. Daarna maak je het elastiek vast. Als je hem uitneemt, moet je altijd eerst het elastiek losmaken. Als je de buitenbeugel pas hebt, of als hij is bijgesteld, zijn je kiezen soms de eerste tijd wat gevoelig. Dit merk je vooral 's morgens. Ook gaan de kiezen waaraan de buitenbeugel vastzit wat losstaan. Over deze dingen hoef je je niet bezorgd te maken.

Hoe gaat het met eten?

Bij het eten mag je de buitenbeugel uit doen. Na het eten poets je eerst je tanden, en daarna doe je de buitenbeugel meteen weer in. Drink liever geen koolzuurhoudende dranken (met "prik"), omdat daardoor het cement waarmee de banden om je kiezen zijn vastgezet, kan oplossen. Gebruik geen suiker, en eet zo weinig mogelijk snoep en zoetigheid. Deze dingen zijn slecht voor je gezondheid, en kunnen gaatjes in je tanden veroorzaken. Kleverig snoep, zoals een toffee of kauwgom, kan de banden om de kiezen lostrekken.

Hoe moet je tandenpoetsen?

De buitenbeugel beschadigt je kiezen niet. Het is wel moeilijker om de tanden en kiezen goed schoon te houden. Om er voor te zorgen dat je tijdens de orthodontische behandeling geen gaatjes krijgt, moet je je tanden extra goed poetsen. Je moet je tanden iedere keer als je iets gegeten hebt, en 's avonds voor je naar bed gaat, poetsen. Neem dus ook een tandenborstel mee naar school als je moet overblijven. Het tandenpoetsen gaat precies zoals je geleerd hebt. Wel moet je natuurlijk eerst de buitenbeugel uit doen. Verder moet je goed opletten dat de kiezen achter de kiezen waar bandjes om heen zitten ook goed gepoetst worden. Doordat de buisjes uitsteken, kun je er soms moeilijk bij. Je moet dan met de tandenborstel om het buisje heengaan, en goed in de spiegel kijken of je bij de achterste kies komt. Verder moet je zo poetsen dat de banden en buisjes glimmend blijven. Elke keer als je op controle komt, wordt gekeken of tanden, tandvlees en bandjes goed schoon zijn. Als drie keer opgemerkt wordt dat je toch niet goed gepoetst hebt, wordt de behandeling gestaakt.