



DR R.H.J. PEERLINGS
ORTHODONTIST

papegaaienburg 48
4386 da vlissingen
0118 – 466599
www.orthopeerlings.nl

Uitneembare plaatapparatuur

Wat is uitneembare plaatapparatuur?

Het uitneembare plaatapparaat (de orthodontist noemt dit een plaat, anderen noemen het ook wel een binnenbeugel) bestaat uit een plaatje van plastic met metalen haakjes en veertjes eraan. Het zit tegen je gehemelte en de binnenkant van je tanden. Soms zit er ook een schroef in. Je kunt de plaat zelf in- en uitdoen. De haakjes grijpen om je kiezen, zodat de plaat goed blijft zitten. De veertjes en de schroef duwen je tanden en kiezen naar hun goede plaats. Als niet alleen je tanden, maar ook je kaken niet goed tegenover elkaar staan, zul je bij de binnenbeugel vaak ook een buitenbeugel moeten dragen.

Wanneer moet je de plaat dragen?

Je moet de plaat dag en nacht in de mond hebben, dus ook met eten en sporten. Alleen om je tanden te poetsen, haal je haar er even uit. Als je de plaat te weinig draagt, komen de tanden en kiezen niet goed te staan. Als ze eenmaal goed staan, moet je de plaat eerst nog een aantal maanden dag en nacht in houden, en daarna een tijdje alleen 's nachts. Hierdoor wordt zo goed mogelijk voorkomen dat je tanden en kiezen weer naar hun oude plaats teruggaan.

Wanneer moet je voor behandeling komen?

Het plaatapparaat moet meestal om de vier weken gecontroleerd en bijgesteld worden. Als de veertjes zijn bijgesteld, worden je tanden soms wat gevoelig. De behandeling doet verder geen pijn. Wel is het de eerste week wat lastig met eten en praten. Blijf de plaat dan toch goed dragen, je went er zo het snelste aan. Als de plaat niet goed zit of stuk is, moet je direct opbellen om een afspraak te maken. Probeer haar dan toch te blijven dragen. Heb je de plaat namelijk te lang uit, dan is de kans groot dat zij niet meer past.

Hoe moet je de plaat schoonhouden?

Iedere keer als je iets gegeten hebt, maak je het plaatapparaat schoon. Dit kun je doen met een tandenborstel of een nagelborstel en koud water. Je mag er tandpasta bij gebruiken voor de frisse smaak. Borstel het apparaat voorzichtig schoon. Doe het niet te ruw, want de haakjes en veertjes kunnen gemakkelijk verbuigen. Als je aan het eind van de behandeling de plaat alleen nog maar 's nachts hoeft te dragen, bewaar hem dan overdag op een veilige plaats. Dit kan bijvoorbeeld in een bakje met water. Op deze manier heb je minder kans dat de plaat zoek raakt of kapot gaat.

Hoe gaat het met eten?

Zoals gezegd, moet je de plaat bij het eten in houden. Na het eten doe je de plaat uit, poets je je tanden, en maak je de plaat schoon. Vergeet niet de plaat daarna meteen weer in te doen. Gebruik geen suiker, en eet zo weinig mogelijk snoep en zoetigheid. Die dingen zijn slecht voor je gezondheid, en kunnen gaatjes veroorzaken in je tanden. Kleverig snoep, zoals toffees en kauwgum, blijft bovendien aan je plaat plakken.

Hoe moet je tandenpoetsen?

De plaat beschadigt je tanden en kiezen niet, en veroorzaakt geen gaatjes zolang tanden, kiezen en plaatapparaat maar goed schoon gehouden worden. Om er voor te zorgen dat je tijdens de orthodontische behandeling geen gaatjes krijgt, en je tandvlees goed gezond blijft, moet je extra goed poetsen. Iedere keer als je iets gegeten hebt, en 's avonds voor je naar bed gaat moet je dit doen.

Neem dus ook een tandenborstel mee naar school als je moet overblijven. Als je je tanden gaat poetsen, doe je eerst de plaat uit. Leg hem zo neer, dat hij niet kan vallen. Het tandenpoetsen gaat verder precies zoals je geleerd hebt. Wel moet je extra aandacht besteden aan de binnenkant van je tanden en kiezen. Daar zit de plaat tegen aan, waardoor er gemakkelijk etensresten kunnen blijven zitten. Als je die laat zitten, kun je gaatjes krijgen. Ook moet je het tandvlees aan de binnenkant goed borstelen om te voorkomen dat het ontstoken raakt. Het wordt dan dik en rood, en gaat bloeden bij het poetsen. Als dat gebeurt, moet je toch goed blijven poetsen anders wordt het steeds erger. Elke keer als je op controle komt, wordt gekeken of tanden, tandvlees en plaat goed schoon zijn. Als drie keer opgemerkt wordt dat je niet goed gepoetst hebt, word je doorverwezen naar de mondhygiëniste.