

Slijtage van het gebit



Bouriciuslaan 82
9203 PG Drachten
Tel.: 0512 - 57 10 30
Fax.: 0512 - 57 10 40
E-mail: info@bouriciuslaan.nl
Web: www.bouriciuslaan.nl

vz-06 29-09-2011



Alle moderne tandheelkunde onder één dak

‘Samen werken aan gezonde tanden’ is al vanaf de start van onze praktijk in 2000 onze leus. Ons team helpt u zorgen voor een gezond en functioneel gebit. Door onze samenwerking kunt u bij Bouriciuslaan Tandartsenpraktijk terecht voor tandheelkundige zorg van a tot z. Samenwerken doen we ook graag met ú! Daarom informeren we u niet alleen persoonlijk maar ook via onze folders. In deze folder vertellen we u over de oorzaken en gevolgen van slijtage aan het gebit (tanderosie). Ook kunt u lezen wat er aan te doen is.

Wat is tanderosie?

Bij tanderosie slijten of versplinteren de tanden en kiezen. Dit komt omdat het tandglazuur of wortelcement wordt opgelost door zuur. Op den duur kan het glazuur zelfs helemaal verdwijnen. Het onderliggende tandbeen kan daarna ook oplossen.

Hoe ziet tanderosie er uit?

Bij tanderosie kan het glazuur dunner worden of zelfs helemaal verdwijnen. Het lichtgeel gekleurde tandbeen wordt dan zichtbaar, de tanden worden dus geler. Het is ook mogelijk dat vullingen boven het tandoppervlak gaan uitsteken. Dit komt omdat deze vullingen niet worden aangetast door de zuren maar het glazuur wel. De tanden en kiezen worden ook kleiner, dit zie je vooral bij de voortanden.

Wat zijn de oorzaken?

Tanderosie wordt meestal veroorzaakt door zuren, bijvoorbeeld afkomstig uit dranken en voedsel. Frisdranken danken hun frisse smaak aan het toegevoegde zuur. De toevoeging van suiker maskeert echter de zure smaak! Ook vruchtensappen, wijnen, zuur fruit, citrusvruchten en bessen zijn zuur. Maagzuur kan tanderosie veroorzaken wanneer door braken of oprispingen zuur in de mond komt. Denk aan overgeven door o.a. boulemie, anorexia of alcoholisme.

Ook kunnen verkeerde gewoonten de oorzaak zijn van tanderosie. Zo poetsen sommige mensen té krachtig en soms ook nog met een te harde borstel of een schurende tandpasta. Ook nagelbijten, op een pen of potlood knagen, pijnproken of de tanden gebruiken als schaar, mes of flesopener veroorzaken slijtage.

Wat is er aan te doen?

Om tanderosie te voorkomen adviseren wij om het gebruik van zure dranken en levensmiddelen te verminderen. Neem als alternatief (gewone) thee, koffie (zonder suiker) of zuivel. Houdt zure dranken en levensmiddelen zo kort mogelijk in de mond. Niet rond de tong en tanden spoelen. Zuig niet op zuur snoepgoed en beperk het eten van zuur fruit tot één á twee keer per dag. Na het eten of drinken van een zure drank of voedsel is het ´t beste om tenminste een uur te wachten met tandenpoetsen. Als alternatief kunt u na het eten of

drinken van deze producten beter uitgebreid spoelen met water of melk. Zo worden de zuren weggespoeld of verdund.

Ook kunt u slijtage tegengaan door het gebruik van suikervrije kauwgom. Door het kauwen maakt u namelijk extra speeksel aan, dat uw gebit op een natuurlijke manier beschermt. Kauw echter hooguit tien minuten en niet vaker dan vijf keer per dag.

Tot slot raden we u aan te poetsen met een zachte tandenborstel en een tandpasta die niet schuurt. Let er daarom op dat er geen natriumlaurylsulfaat in de tandpasta zit.