

FLUORIDE
bescherm
je tanden en
kiezen tegen
gaatjes!



mondzorgvoorkids.nl

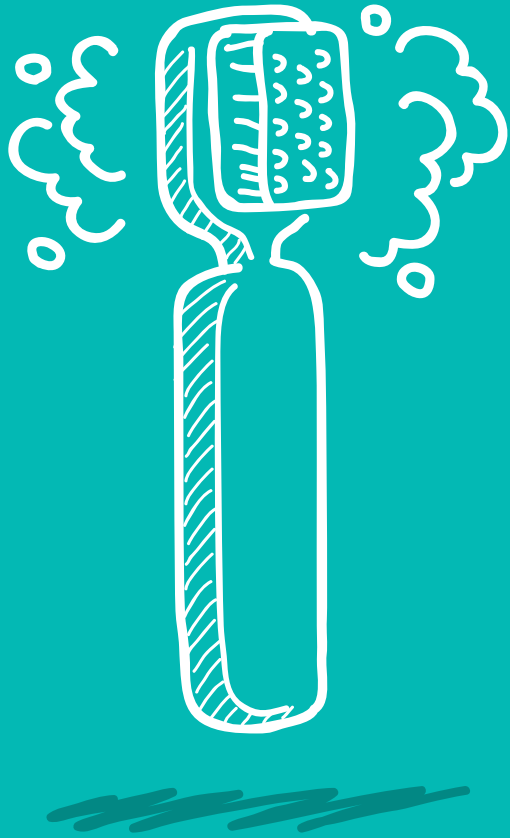


Sterke tanden met fluoride

Je tanden kunnen jammer genoeg niet zo goed tegen suiker en zuur in je eten en drinken. Fluoride is een natuurlijke stof die je tanden en kiezen sterker kan maken. Om je glazuur te beschermen en sterk te maken, moet je je tanden goed poetsen met fluoride tandpasta.

Tandenpoetsen met fluoride

Tegenwoordig zit in vrijwel alle tandpasta's een beetje fluoride. Daardoor is tandenpoetsen een goede manier om je tanden te verzorgen en te beschermen tegen gaatjes. Het is per leeftijd verschillend hoe vaak je fluoride gebruikt.



0 en 1 jaar

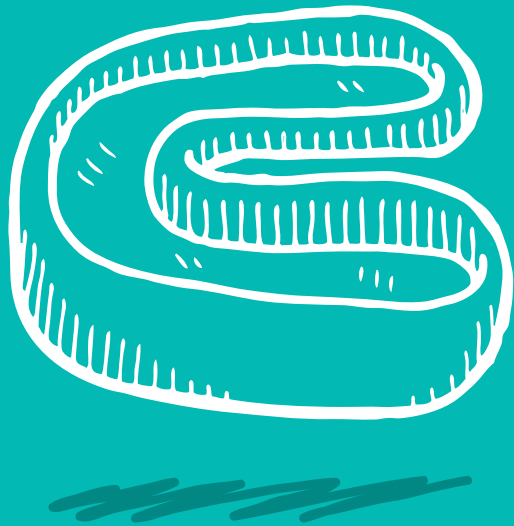
Vanaf het doorbreken van de tandjes: eenmaal per dag poetsen met fluoride-peutertandpasta.

2 tot 4 jaar

Twee keer per dag poetsen met fluoride-peutertandpasta.

5 jaar en ouder

Zodra je de tandpasta kunt uitspugen na het poetsen, mag je twee keer per dag poetsen met fluoride tandpasta voor 5 jaar en ouder of voor volwassenen. Wanneer je extra fluoride wilt gebruiken, zoals fluoride tabletjes en fluoride-bevattende mondspoelmiddelen is het beter dit altijd eerst met de tandarts te overleggen.



Bij de tandarts

Bij JTV kun je een speciale fluoride behandeling krijgen. Je tandarts kiest hiervoor als er beginnende gaatjes zijn of als je aan het wisselen bent. Fluoride versterkt je (nieuwe) tanden en kiezen en vermindert de kans op gaatjes in de toekomst. De fluoride wordt als gel in een gebitje gedaan. Dit gebitje moet je vier minuten in je mond houden. Ondertussen kun je even een boekje lezen. Daarna mag het gebitje uit en mag je de gel in een bekertje spugen. Daarna kan de fluoride nog even nawerken en is het goed om een halfuurtje niet te eten, drinken of je mond te spoelen.



Wil je meer informatie over JTV?

Kijk dan op www.mondzorgvoorkids.nl