

VAARWEL GAATJES, HALLO GEZONDE TANDEN!



TIPS VOOR HULPVERLENERS VAPH

VOOR HET POETSEN

- Ga het gesprek aan over het belang van tanden poetsen.
- Bespreek met de cliënt hoe het poetsen verloopt.
- Toon video's en afbeeldingen over de correcte poetsmethode.
- Ga samen aan de slag met de 'Gezonde Mond'-koffer.
- Beperk het aantal eetmomenten tot 5 per dag. Let op!
Suikerhoudende dranken zoals frisdrank en fruitsap tellen mee als eetmoment.

TIJDENS HET POETSEN

- Poets indien mogelijk samen je tanden. Zo geef je het goede voorbeeld en kan je meteen tonen hoe het (beter/anders) moet.
- Hand-over-hand: plaats je hand over die van de persoon en voer de beweging samen uit, gids hun hand tijdens het poetsmoment.
- Werk met een beloning. Dat kan bijvoorbeeld aan de hand van een poets- of beloningskaart die je 's ochtends en 's avonds kan afvinken.
- Zorg voor een aangepaste omgeving (prikkelarm of net met wat afleiding afhankelijk van de noden van je cliënt).
- Poets op een moment waarop iedereen rustig is. Niet als iedereen gehaast is om aan de dag te beginnen of wanneer iedereen moe is na een lange werk- of schooldag. Het moment dat voor iedereen past, is het geschikte moment.
- Zet een poetslied op of kijk ondertussen samen een filmpje.
- Hou het poetsmoment boeiend door een verhaal te vertellen. Zo gaat de tijd sneller voorbij.
- Bouw langzaam op wanneer je cliënt zijn tanden wel verzorgt maar niet voldoende. Vaker en langer poetsen, flos introduceren, het aantal eetmomenten verminderen,... hoeft niet allemaal in één keer.

- Doet je cliënt zijn mond niet graag open of bijt hij als je bezig bent met poetsen? Stop dan een andere tandenborstel of een bijthoutje tussen de tanden. Steek zelf nooit jouw vingers in de mond van de cliënt.
- Is tandpasta te 'pikant', schuimt het teveel of vindt je cliënt tandpasta vies? Probeer dan met Elmex junior. Deze tandpasta heeft genoeg fluoride voor iedereen vanaf 6j en is mild van smaak. Of gebruik tandpasta zonder smaak en schuim.
- Heeft je cliënt een grote weerstand tegen poetsen? Bouw dit dan heel langzaam op: week 1 - met een gaasje de lippen nat maken, week 2 - met een borstel over de lippen gaan, week 3 - 1 tand poetsen, week 4 - 2 tanden poetsen, ... Het is niet erg om tijdens de opbouw bijvoorbeeld van 4 even terug naar 1 tand te gaan. Gun jezelf en je cliënt tijd.
- Zet een 'poets'-reminder op een goed zichtbare plaats zodat tanden poetsen niet vergeten wordt. Of bouw een poetsreminder in in een bestaand systeem zoals een dagplanning (al dan niet met pictogrammen).
- Draag steeds handschoenen tijdens het poetsmoment.

VOOR EN TIJDENS HET TANDARTSBEZOEK

- Toon de instrumenten die gebruikt zullen worden a.d.h.v. afbeeldingen of de 'Gezonde Mond'-koffer.
- Toon video's over het tandartsbezoek.
- Vraag aan de tandarts om te vertellen wat er zal gebeuren als dit je cliënt op zijn gemak stelt. Weet je cliënt liever niet wat er gaat gebeuren? Geef ook dit dan aan aan de tandarts of mondhygiënist(e).
- Laat de tandarts op voorhand weten hoe de cliënt zich voelt bij het mondonderzoek en of het zijn eerste tandartsbezoek is.
- Verzamel materialen die kunnen helpen tijdens het consult zoals een stressbal, kalmerende muziek,...
- Bespreek het medicatiegebruik van je cliënt. Dit kan aan de hand van een medicatielijst die je op voorhand samenstelt.
- Ga na of nabijheid van een bekende helpt tijdens het consult (bijvoorbeeld hand vasthouden, ernaast staan, fysiek helpen om de mond goed te openen,...)

LINKS

- Poetslied “binnenkant, buitenkant, bovenop”:
<https://youtube.com/watch?v=K0cy-qe-AxU&si=xskVPHwdIhBZ0q6j>
- Poetslied “DJ Tuub”: <https://www.youtube.com/watch?v=c1yjn2cE5vw>
- Video poetsmethode: <https://www.youtube.com/watch?v=Rs1qtn6Rm1M>
- Video gaatje vullen: <https://www.youtube.com/watch?v=6vxFc1DqEAW>
- Video wortelkanaalbehandeling: https://www.youtube.com/watch?v=3nDp_4bR8ZM
- Video kroon plaatsen: <https://www.youtube.com/watch?v=YGEvUA4yzzU&t=4s>
- Factsheets ‘mondzorg bij personen met een handicap’: vlaams-instituut-mondgezondheid-factsheet-mondgezondheid-bij-personen-met-een-beperking (1).pdf

CONTACTEN

- Ontleen de ‘Gezonde Mond’-koffer bij Gezondheidsmakers: info@gezondheidsmakers.be of 015/436366. De handleiding kan je vooraf downloaden via <https://gezondmond.be/aanbod/educatief-materiaal/gezonde-mond-koffer.html>.

