

Tanden hebben verzorging nodig



Tanden hebben verzorging nodig

Lees onderstaande tekst zorgvuldig door, zodat je daarna de vragen over de tekst kunt beantwoorden:

De meest voorkomende ziekte van de tanden is **cariës (tandbederf)**.

De gezonde tanden worden door het harde **tandglazuur** beschermd. In de mond bevinden zich echter **bacteriën**, die binnen 24 uur een **aanslag** kunnen vormen (tandplak).

Etensresten tussen de tanden, vooral snoep, bieden een ideale **voedingsbodem** voor de zich snel vermenigvuldigende bacteriën. Zij vormen een **zuur** dat het tandglazuur kan vernielen.

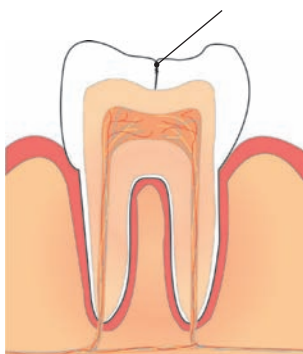
Als de bacteriën in de tand door kunnen **dringen**, treedt er tandbederf op. Bereikt het de **tandpulp** (ook wel tandmerg genoemd), die daardoor **ontsteekt**, krijg je **pijn** aan deze tand. Als de tand niet snel behandeld wordt door een tandarts, is hij niet meer te redden.

Ook door **scheuren** in het tandglazuur, bijvoorbeeld veroorzaakt door bijten op harde voorwerpen, of door afwisselend zeer warme of koude gerechten en dranken te eten en drinken, kan tandbederf in de tand indringen.

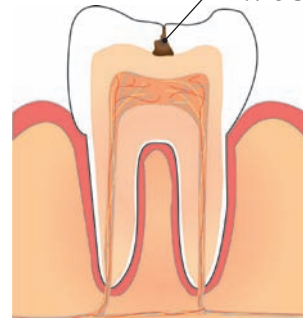
Ook ziekten van het **tandvlees** zijn mogelijk als gevolg van **onvoldoende tandheelkundige zorg** en een gebrek aan vitamines. Het kan zich **ontsteken** en begint te **bloeden**, wat kan leiden tot **parodontitis** (ofwel de ontsteking van de weefsels rondom de tand). Bij deze ziekte kunnen met de tijd de tanden **los gaan zitten en eruit vallen**.

Tandsteen kan ontstaan, wanneer tandplak met speeksel een harde **korst** vormt. Deze ontstaat meestal tussen de tanden en moet **regelmatig** door een tandarts worden **verwijderd**, omdat het anders tot **parodontitis** kan leiden.

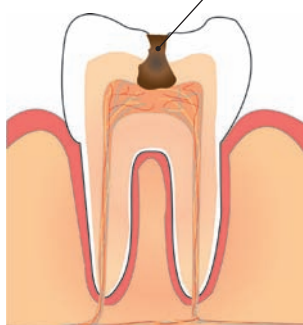
1. Scheuren in het glazuur



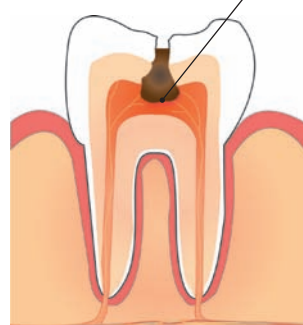
2. Cariësbacteriën dringen in de tand in.



3. Het gat in de tand wordt groter.



4. De tandpulp raakt ontstoken.



Probeer nu de vragen zelfstandig op te lossen:

Wat vormen de bacteriën als ze met resten snoep en eten worden gevoed?

Zij vormen zuur.. dat het tandglazuur kan vernielen.

Hoe ontstaan scheuren in de tand?

Door het bijten op harde voorwerpen of extreem koude en warme gerechten.

Wat kan er gebeuren als parodontitis niet wordt behandeld?

De tanden kunnen na enige tijd uitvallen.

Wat is tandsteen?

Tandplak mengt zich met speeksel en vormt een harde korst.

Door wat worden gezonde tanden beschermd?

Gezonde tanden worden beschermd door het harde tandglazuur.

Schade aan tanden is niet nodig!

Door een goede, gezonde voeding en regelmatige tandheelkundige zorg, kunnen tandheelkundige ziekten worden voorkomen.

- ✓ Laat je tanden twee keer per jaar controleren door de tandarts!
- ✓ Poets minstens tweemaal per dag ('s ochtends en 's avonds) je tanden!
- ✓ Poets je tanden niet voor, maar na de maaltijd!
- ✓ Poets de binnen- en buitenkant van de tanden grondig in een cirkelvormige beweging!
- ✓ Masseer ook het tandvlees met een tandenborstel!
- ✓ Eet en drink niet extreem warme of koude levensmiddelen direct na elkaar!
- ✓ Gebruik geen tandenstokers van metaal!

*Wist je dat de Chinezen al ongeveer 500 jaar geleden hun tanden met een borstel (gemaakt met varkenshaar) poetsten?
In Europa is de tandenborstel pas ongeveer 200 jaar bekend.*