

Info Mondbeschermers

Bij het uitoefenen van contactsporten, zoals hockey, rugby, boksen, basketbal, waterpolo..., is de kans op gebitsletsel groter. Daarom is het verstandig om uw gebit te beschermen met een gebitsbeschermer/mondbeschermer. In deze flyer staan de belangrijkste punten die u moet weten om tot de juiste keus te komen welke mondbeschermer u gaat aanschaffen.

Welke soorten mondbeschermers zijn er te verkrijgen.

- Prefab-mondbeschermer
- Boil and Bite-mondbeschermer
- Op maat gemaakte mondbeschermer

Type	Werkwijze	Voordelen	Nadelen	Waar verkrijgbaar	Prijs	Mate van bescherming	Aanbevolen door tandarts
Prefab beschermer	direct uit de verpakking in de mond	goedkoop	nauwelijks retentie te groot laag draagcomfort	sportzaken	€ 2-5.-	slecht	nee
Boil and Bite beschermer	in heet water leggen en daarna in de mond vormen	goedkoop betere pasvorm dan prefab beschermer ruime keus	te lang te groot beschermer wordt dun door vormen	sportzaken	€ 3-40.-	zeer matig	nee
Op maat gemaakte beschermer	afdruk(ken) bovenkaak en/of onderkaak > vervaardigen gipsmodel(len) > gespecialiseerd laboratorium vervaardigd mondbeschermer rekening houdend met specifieke eisen zoals; sport, gebitsontwikkeling en dikte van de te gebruiken materialen	goede pasvorm goede bescherming goede ademhaling goede spraak leuke kleuren mogelijk lang gebruik mogelijk	'hoge prijs'	tandartsen orthodontisten mondhygiëniste hapdagen SPTL thuispakket SPTL	€ 30-200.-	goed tot zeer goed	ja

Zoals u in bovenstaand schema kunt zien is de beste mondbeschermer om aan te schaffen de op maat gemaakte mondbeschermer. Op de belangrijkste punten waar een adequate mondbeschermer aan moet voldoen scoort de op maat gemaakte beschermer de meeste punten. Belangrijkste punten zijn; Pasvorm, mate van bescherming, individuele eisen zoals gebitsontwikkeling!

Wat zijn de belangrijkste verschillen tussen een beetje uit de sportzaak en een op maat gemaakte en hoe komt dat?

- 1) Pasvorm; blijft de mondbeschermer goed zitten en valt deze niet snel uit.
Gebitsbeschermers uit de sportzaak dient u in het hete water te leggen (± 70-100 graden C) waarna ze vervolgens in de mond van de sporter worden gevormd door met de vingers te duwen, te bijten en te zuigen. Grootste probleem is de hoge temperatuur waarbij de beschermer in de mond moet worden gevormd, dit is te heet voor de sporters. De beschermers worden dus op te lage temperatuur in de mond gevormd waardoor deze heel vaak niet blijft zitten. Bijkomend probleem is dat de jeugd nog

wisselt waardoor dit proces meerdere keren moet worden herhaald, de eerste keer was niet fijn, de keren erna helemaal niet! Beschermer zal blijven uitvallen.
Op maat gemaakte gebitsbeschermers worden vervaardigd door eerst een afdruk van de bovenkaak te maken (en/of onderkaak). Vervolgens wordt van de afdruk(ken) een gipsmodel(len) uitgegoten. Op het gipsmodel wordt een kunstof lamineerplaat geperst met een combinatie van 200 graden C en 5 bar druk (± 2 keer de druk van uw autoband). Deze combinatie geeft de goede pasvorm wat de basis is voor een mondbeschermer.

2) Mate van bescherming, hoe goed wordt de klap opgevangen.

Gebitsbeschermers uit de sportzaak worden eerst verwarmd en daarna in de mond gevormd. Tijdens het vormen wordt de beschermer op diverse plekken dunner waardoor de beschermende werking grotendeels verloren gaat. Daarnaast zijn de meeste sportzaak beschermers te laag in het front, bij de voortanden, waardoor er te weinig materiaal is om de klap/kracht te verdelen. Een beschermer werkt als een bumper, hij moet de kracht verdelen.

Bij op maat gemaakte beschermers wordt door de techniek bepaald waar de beschermer dikker en waar dunner moet zijn om een zo goed mogelijke bescherming te verkrijgen. In het front, bij de voortanden zal de beschermer ook voldoende hoogte hebben om de klap maximaal te verdelen.

3) Rekening houden met specifieke eisen zoals gebitsontwikkeling.

Een belangrijk aspect bij het vervaardigen van een op maat gemaakte gebitsbeschermer is het rekening houden met de specifieke eisen.

Hierbij moet u denken aan;

Welke sport wordt beoefent

Belangrijk hierbij is de dikte van de lamineerplaten, Full contactsporten vereisen meer bescherming dan bijvoorbeeld handbal.

Gebitsontwikkeling; melk gebit, wissel gebit, uitgewisseld gebit en het dragen van een beugel.

Als u kiest voor een op maat gemaakte gebitsbeschermer is het ook fijn als u daar een langere periode gebruik van kunt maken. Belangrijk is hierbij dat er ruimte in de beschermer wordt uitgespaard voor tanden en kiezen die nog moeten doorkomen. Voor beugeldragers is van belang dat zij gedurende het dragen van de beugel de gebitsbeschermer kunnen blijven gebruiken ongeacht het aandraaien van de slotjes.

Sporters die zijn uitgewisseld kunnen doorgaans heel lang hun gebitsbeschermer gebruiken en een hoge mate van draagcomfort is hierbij wel van belang. Rekening houden met ondersnijdingen of de beschermer iets korter maken als de sporter daarom vraagt is dan van belang.

Conclusie

Als u een gebitsbeschermer gaat aanschaffen is de beste optie een op maat gemaakte gebitsbeschermer te kopen.

De aanschafprijs zal hoger liggen dan de gebitsbeschermers die in de sportzaken aangeboden worden maar daarvoor krijgt u wel een beschermer die niet uit de mond valt, dus beschermd, hoge mate van draagcomfort heeft en waar u langere tijd plezier van zult hebben. Op de langere termijn zal dit een goedkope gebitsbeschermer worden.

Bedenk ten alle tijden, een ongeluk zit in een klein hoekje en de kosten van tandletsel zijn vele malen groter dan van een op maat gemaakte gebitsbeschermer.



SPTL
Gebitsbeschermers
www.gebit.nl