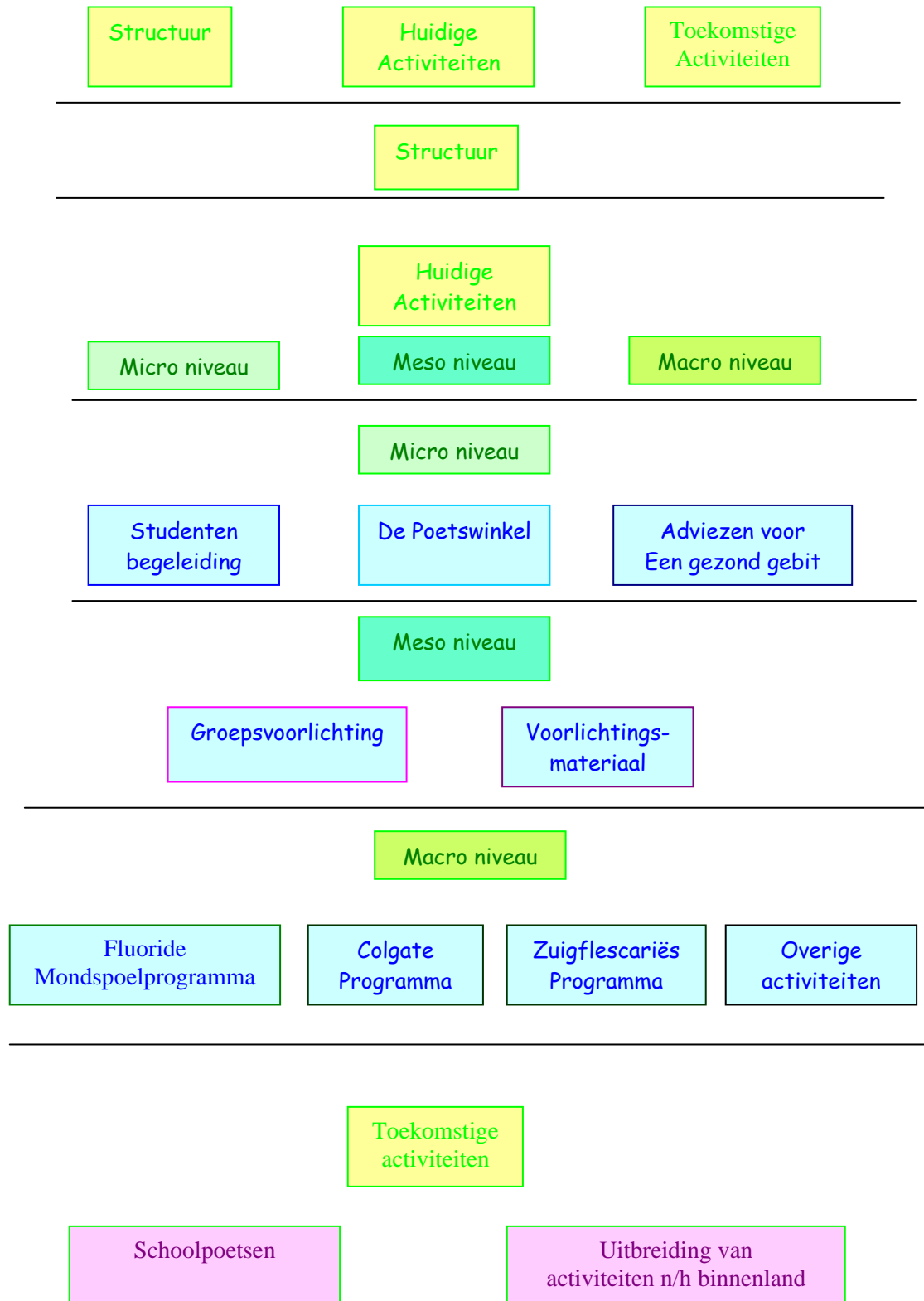


# PREVENTIEVE ZORG



## Structuur

Bij start van de Opleiding Jeugd tandverzorging in 1976, is er in Suriname een landelijk vooronderzoek gehouden over de toestand van het gebit bij 12-jarigen op dat moment. Dit onderzoek geeft het gemiddeld aan van het aantal aangetaste, gevulde of getrokken tanden per kind van 12 jaar weer. Het resultaat van dit onderzoek gaf aan dat het gemiddelde per kind boven de 4 was.

In 1990 werd dit onderzoek wederom uitgevoerd met als resultaat 2.7. Daar dit getal nog boven de WHO standaarden lag is besloten veel meer aandacht te besteden aan preventie en landelijke projecten uit te voeren.

De preventieve zorg wordt door de afdeling T.G.V.O. gecoördineerd. T.G.V.O. staat voor: Tandheelkundige Gezondheids Voorlichting en Opvoeding.

Door deze afdeling worden er verschillende preventieve activiteiten op verschillende niveaus, voorbereid en uitgevoerd.

Er worden op 3 niveaus voorlichting gegeven:

- micro niveau - daar wordt er individueel voorlichting gegeven aan patiënten in de stoel.
- meso niveau - voorlichting aan groepen zoals leerlingen, ouders, kindertehuizen, etc.
- macro niveau - via de media tegelijk meerdere mensen bereiken en landelijk, preventie activiteiten uitvoeren.

Door de afdeling TGVO worden er momenteel 4 grote landelijke preventieprojecten uitgevoerd t.w.

- Het Fluoride mondspoelproject.  
Dit project is voor kinderen van de lagere school die wekelijks spoelen met een oplossing van water en fluoride. Fluoride is een stof die een beschermende laag op het glazuur vormt zodat de kans op tandbederf kleiner wordt.
- Het Colgate schoolprogramma  
Dit Schoolprogramma loopt reeds vanaf 2001. Het moet voornamelijk het poetsen onder de leerlingen bevorderen. De leerlingen krijgen jaarlijks,

na een uitvoerige voorlichting over het hoe en waarom van het poetsen een Colgate zakje met daarin tandenborstels en een tandpasta.

- Voorlichtingsprogramma's via de media

Via de radio zijn er vaker voorlichtingsprogramma's gehouden, waarbij vooral voorlichting aan ouders gegeven is over de verzorging van het gebit van hun kinderen.

Op ATV is er een kindervoorlichtingsprogramma gehouden: "Laat je tanden zien" met daarin allerlei tips voor kinderen om hun gebit zelf te onderhouden.

Momenteel in er om de 2 jaar op Apinti TV een Poetzie Quiz aan de gang: "Aan de tand voelen" waarin kinderen van de 5e klas getoetst worden op hun tandheelkundige kennis.

- Deelname aan beurzen

Elk jaar is JTV weer deelnemer aan het Kinderboeken festival en de Onderwijs en informatie beurs. Ook bij de gezondheidsbeurzen ontbreken wij niet. Tijdens deze beurzen in stad en district wordt info verstrekt over onderhoud van het gebit, de opleiding JTV en de JTV-abonnementen.

Huidige  
Activiteiten

Micro niveau

Studenten  
begeleiding

Aan de JTV studenten wordt reeds in het eerste jaar Preventieve tandheelkunde gedoceerd, dat uiteindelijk moet resulteren in het geven van individuele voorlichting aan de stoel, oudervoorlichting en klassikale voorlichting.

Studenten van de verschillende pedagogische opleidingen en scholieren van de basis- en voortgezet onderwijs zijn ook dagelijks terecht op TGVO voor het verkrijgen van informatie t.b.v. lesvoorbereidingen, spreekbeurten e/o scripties.

## De Poetswinkel

Op verschillende JTV-klinieken zijn er poetswinkels gevestigd. In deze winkeltjes worden tandenborstels, tandpasta en andere tandheelkundige hulpmiddelen tegen een gereduceerde prijs verkocht. De prijs ligt lager dan de winkel, omdat wij er vanuit gaan dat een ieder tegen een laag bedrag goede tandheelkundige artikelen moet kunnen kopen.

### Momenteel hebben wij in voorraad:

Condor tandenborstels voor babies, peuters, kinderen en volwassenen

Prodent Cool en Soft mint tandpasta voor het hele gezin

Prodent kindertandpasta

Zendium peuter tandpasta

Zendium of Prodent sensitive tandpasta voor gevoelige tanden

Dental Floss

GUM brugnaalden

**KOM EEN KIJKJE NEMEN EN MAAK UW KEUS VOOR HET JUISTE EN  
GOEDKOOPSTE TANDHEELKUNDIG ARTIKEL!**

Adviezen voor  
Een gezond gebit

## Drie regels voor een Leven Lang een Gezond Gebit



### **Een leven lang een gezond gebit.....**

Ja dat kan! Want de eerste tand of kies is het begin van een gezond gebit en tandvlees, als u op de juiste wijze met ze omgaat.

De meest voorkomende ziekten in de mond zijn ;  
Gingivitis (tandvleesontsteking) en Caries (tandbederf).

Bij een algehele gezondheid behoort een gezonde mond: dus gezond tandvlees en geen tandbederf!

### **Een gezonde mond blijft gezond;**

1. Als het iedere dag goed schoon gehouden wordt
2. Als u op uw eetgewoonten let
3. Als u regelmatig een bezoek brengt aan de Stichting Jeugd tandverzorging

## 1. IEDERE DAG GOED SCHOONHOUDEN VAN DE MOND

De belangrijkste methode om het gebit iedere dag schoon te houden is minstens 2 keer per dag goed te poetsen en minstens 1 keer per dag het vuil tussen de tanden/kiezen te verwijderen

### ***Er bestaan verschillende poetsmethoden.***

Hieronder zijn eenvoudige richtlijnen om een goed resultaat te bereiken.

Gebruik bij het poetsen altijd een vaste volgorde, dit voorkomt dat u plekken overslaat en te lang bezig bent met poetsen.

Begin aan de buitenkant van de bovenkaak (tek 1). Daarna de binnenkant (tek 2) en vervolgens de kauwvlakken (tek 3). Daarna volgt de buitenkant van de onderkaak, de binnenkant en de kauwvlakken.



Plaats de tandenborstel altijd het eerst bij de laatste kies. De borstelharen moeten onder een hoek op de overgang van de tanden naar het tandvlees; zo poets u tanden en tandvlees! Maak zeer korte heen en weergaande bewegingen en blijf gedurende 6 tellen op 1 plaats poetsen. Verplaats de tandenborstel en poets zo de hele kaak met overlappende bewegingen zonder teveel druk uit te oefenen.

Bij de voortanden aan de binnenkant moet u het puntje van de tandenborstel gebruiken en trekbewegingen maken. Op de kauwvlakken maakt u korte schrobbewegingen. Vergeet de tong niet !



### TANDENBORSTEL

**De juiste tandenborstel die u hierbij kunt gebruiken**

- heeft een kleine borstelkop, om overal goed te bereiken ( voor volwassenen max 2,5 cm en voor kinderen max 1,5 cm)
- zachte haartjes, om beschadiging aan tanden en tandvlees te voorkomen ( op de tandenborstel of verpakking staat dit met "soft" aangegeven).



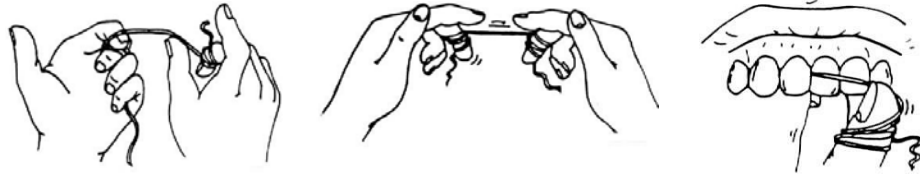
### TANDPASTA

**Tandpasta's** die Fluoride bevatten zijn eerder aan te bevelen voor gebruik omdat fluoride de beste bescherming biedt tegen tandbederf.

Om het vuil tussen de tanden te verwijderen, waar de tandenborstel niet bijkan is het nodig minstens 1 keer per dag dit met tandgaren(floss) te verwijderen. Zo houd je elk plekje in je mond gezond.

## FLOSSEN

- Neem een stukje floss van ongeveer 40cm en wikkel de uiteinden losjes om de middelvingers.
- Breng de strak gespannen draad (ongeveer 1cm tussen duimen en wijsvingers) voorzichtig met zagende beweging tussen tanden en kiezen tot iets onder het tandvlees. Beweeg het draad mee om elke tand of kies van onder naar boven.



## 2. GOEDE EETGEWOONTEN

Gezond eten draagt ook bij tot een gezond gebit. Het effect van voeding op het gebit wordt bepaald door: hoe vaak je eet/drinkt en niet zo zeer door wat je eet/drinkt.

Gezonde voeding geeft o.a snel een verzadigd gevoel en voorkomt dat je te vaak iets "lust". Als er om de 3 tot 4 uren iets gegeten/gedronken wordt is het niet schadelijk voor het gebit.



Gezonde voeding bestaat uit voedingsmiddelen als melk en melkproducten, groenten en fruit, vlees en vleesproducten, olie en vetten en meelproducten.

**Suiker als voedingsmiddel  
komt hier niet in voor !**



### 3. EEN BEZOEK AAN DE JEUGDTANDVERZORGER!

Voor een gezonde mond is het belangrijk uw gebit om de 6 maanden te laten onderzoeken.

Zo kunnen gaatjes en ontstekingen aan het tandvlees tijdig ontdekt worden. Vanaf het moment dat het melkgebit is doorgebroken kunnen kinderen bij de Jeugdtandverzorging terecht.

Bij de J.T.V. kunnen kinderen t/m 17 jaar gebruik maken van een abonnements systeem voor 1 jaar tegen een heel laag tarief. Ook volwassenen kunnen zich nu verzekeren en zijn van harte welkom.

In het abonnement is inbegrepen; controle, schoonmaken van het gebit, het leggen van vullingen en het uittrekken van tanden/kiezen .

Heeft u geen abonnement, kunt u toch behandeld worden tegen contante betaling. Komt u gerust langs voor meer informatie.



Meso niveau

Groepsvoorlichting

De groepsvoorlichting wordt gegeven aan:

- klassen van de verschillende onderwijsniveaus
- ouders
- crecheleidsters
- verpleegkundigen
- bejaarden
- op aanvraag ongeacht de achtergrond van de groep

Voorlichtings-  
materiaal

Door de afdeling TGVO wordt er materiaal ontwikkeld zoals posters en folders, die verstrekt worden bij klassikale voorlichting en beurzen. Ook liggen er poetsmodellen met borstels, flipkaarten, posters, tandenborstels, tandpasta, jassen en ander materiaal op aanvraag ter leen voor korte tijd.

## Macro niveau

### Fluoride Mondspoelprogramma

In oktober 1995 is het Fluoride Spoelprogramma in Suriname geïntroduceerd. Er is toen gestart met 16 scholen, als pilot project, en dit aantal is nu anno 2007 verhoogd naar ruim 210 scholen in de kustvlakte, verspreid over de districten Paramaribo, Commewijne, Wanica, Para, Marowijne, Saramacca, Coronie en Nickerie. Alleen de districten Brokopondo en Sipaliwini zitten nog niet in dit project, maar dat zal in de naaste toekomst wel plaatsvinden.

Het spoelproject houdt in dat de kinderen van de kleuter B t/m de 6<sup>e</sup> klas met een opgeloste hoeveelheid Fluoride, 1 minuut lang, wekelijks onder toezicht van de klasseleerkracht, spoelen.

Er wordt gespoeld met een 0.1% oplossing van Fluoride concentraat en water. Fluoride is een stof die een beschermende laag op het glazuur vormt zodat de kans op tandbederf kleiner wordt.

Elk jaar krijgen de kinderen een nieuwe spoelbeker die na elke spoelbeurt gewassen, gedroogd en opgeborgen wordt.

De kinderen betalen ingaande schooljaar 06/07 een eenmalig bedrag van SRD 5,- waarmee zij hun hele lagere schoolperiode kunnen spoelen.

### Colgate Programma

Het Colgate Schoolprogramma dat reeds vanaf 2001 loopt, is een programma dat voornamelijk het poetsen onder de leerlingen moet bevorderen. De leerlingen krijgen jaarlijks, na een uitvoerige voorlichting door de Jeugd tandverzorgers, over het hoe en waarom van het poetsen een Colgate zakje met daarin een tandenborstel en een tandpasta en een folder of poetskalender. Als evaluatie van deze voorlichting wordt er een videofilm vertoond over Doctor Rabbit. Intussen zijn er 3 delen verschenen t.w. "The incredible ride", "Doctor Rabbit's Worldtour" and "Doctor Rabbit and the legend of the Toothkingdom".

## Zuigflescaries Programma

Uit het laatste DMF-T onderzoek is gebleken dat er  $\pm$  50% van de jonge kinderen een of meerdere gaatjes in de mond heeft. Een aanzienlijk deel van deze groep heeft zelf het verschijnsel: zuigflescariës.

Vanwege de alarmerende cijfers is besloten een speciale aandacht hieraan te besteden en een voorlichtingsprogramma op te zetten.

In oktober 2006 is er dus gestart met het programma: "PREVENTIE VAN TANDBEDERF BIJ BABIES EN PEUTERS" waarbij alle instellingen die met de jonge peuters werken (RGD- en kinderpoli's, creches en peuterscholen) worden ingelicht over tandbederf en hoe het voorkomen kan worden. Via deze instellingen worden ook de ouders erbij betrokken.

Tandbederf ontstaat door een samenspel van 4 factoren: Tand, Tijd, Voeding en Bacteriën. Indien er niet gepeetst wordt, blijft er tandplak op de tanden zitten. Hierin wonen bacteriën die voornamelijk van zoet leven. Als er nu iets gegeten wordt, nemen de bacteriën het zoet uit de voedselresten. Hun zure afvalstoffen zwakken het tandglazuur af waardoor er uiteindelijk een gaatje ontstaat.



Zuigflescariës is een bijzondere vorm van tandbederf en is het eerst te zien aan de boventanden. De oorzaak hiervan ligt in het langdurig gebruik van de zuigfles gevuld met zoete vloeistoffen na de doorbraak van het gebit. Vooral als het flesje mee wordt gegeven naar bed kan dit erg schadelijk zijn, tenzij er alleen water in zit. Aan bijvoorbeeld vruchtensap is door de fabrikant geen suiker toegevoegd maar hier zit al van nature vruchtensuiker in. Zelfs het meegeven s'nachts van een flesje met melk is af te raden, omdat de lactose [=melksuiker] in de melk, schade kan veroorzaken.

### Tips ter voorkoming van zuigflescariës:

- Geef de kinderen geen flesjes mee naar bed met daarin stroop, thee, pap, drinkyoghurt, melk of iets dergelijks. De hele nacht werkt de suiker uit deze dranken in op het melkgebit.
- Bij het constateren van tandbederf bij het kind, deze gelijk naar een JTV kliniek brengen voor behandeling.
- Rond de leeftijd van 9 maanden is het gewenst het kind de zuigfles af te leren en te starten met het leren drinken uit een beker.
- Beperk het gebruik van suikerrijke voedingsmiddelen en dranken.

### Overige activiteiten

De afdeling T.G.V.O. heeft in de afgelopen jaren naast de vaste preventieprogramma's verschillende voorlichtings-activiteiten ontplooid.

Enkele hiervan zijn:

- ◆ Het TV-programma: "Laat je tanden eens zien" op ATV
- ◆ Het toneelstuk "Voor kinderen door kinderen" in Thalia
- ◆ De TV-QUIZ "Aan de tand voelen" om de ene woensdag op Apinti TV. Dit project wordt om de 2 jaren uitgevoerd. Hierbij nemen leerlingen van de 5<sup>e</sup> klassen van de lagere school deel.



- ◆ Info stands op de diverse beurzen (Kinderboekenfestival, Onderwijs- en Gezondheidsbeurzen)



- ◆ Paasspeurtochten
- ◆ Kinderkampen

## Toekomstige activiteiten

### Schoolpoetsen

De afdeling TGVO is van plan om het schoolpoetsen te introduceren op de lagere school. Hierbij zal het poetsen goed aangeleerd worden aan de kinderen van de eerste klas. Onder begeleiding van de leerkracht zal er dan minimaal 1x per week met de kinderen gepoetst worden.

### Uitbreiding van activiteiten n/h binnenland

De preventie-activiteiten hebben zich de laatste jaren voornamelijk geconcentreerd in het kustgebied. Er wordt nu gekeken naar mogelijkheden om het binnenland in te trekken.