

Stappenplan Gewoon Gaaf

0-18 jaar



Vooraf

De preventiemethode Gewoon Gaaf legt de nadruk op het stimuleren van goede zelfzorg bij de (ouder van de) patiënt van 0-18 jaar. Gewoon Gaaf begint bij de doorbraak van de 1^e tand (6-12 maanden). Als basis volgt u het PMO-protocol en het Advies Cariëspreventie van het Ivoren Kruis. Aanvullende terugkombezoeken plant u op basis van het risicoprofiel (groen, geel, oranje of rood), die u bij elk PMO-bezoek maakt en uw inschatting of de ouders gemaakte zelfzorgafspraken zelfstandig nakomen of daarbij uw steun nodig hebben.

Bij Gewoon Gaaf draait het om het inlevingsvermogen van de mondzorgverlener in de unieke patiënt. Belangrijk daarbij is dat u aansluit bij het niveau van de patiënt. Bekijk hoeveel ondersteuning (de ouder van) de patiënt nodig heeft en beoordeel het risico dat de patiënt loopt. Na ieder consult maakt u zelfzorgafspraken met de (ouder van de) patiënt, waar u een volgend bezoek op terugkomt. In het stappenplan worden de stappen kort beschreven. In de bijlagen vindt u hulpvragen, tips en suggesties die bij de stap aansluiten.



Stappenplan Gewoon Gaaf 0-4 jaar

Als basis volgt u het PMO-protocol en het Advies Cariëspreventie van het Ivoren Kruis.

Stap 1 Roep ouders op hun kind vanaf doorbraak 1^e tand (v.a. 6-12 maanden) mee te nemen naar de mondzorgpraktijk.

Bepaal voor uw patiënt wat van stappen 2 en 3 nodig is.

Stap 2 Leg het cariësproces uit.

Stap 3 Kijkje in de mond; plaquescore, cariës en cariësrisicoscore.

- Oefening ouderzorg.
- Afspraken ouderzorg.

Risicocriteria met terugkominterval zijn in deze leeftijdscategorie:

- Zijn ouder(s) betrokken? (afgemeten aan volgen Basisadvies en indien mogelijk aan de mondhygiëne.
Betrokken/schone mond: 0 punten, niet betrokken/niet schone mond: 1 punt
- Is er sprake van actieve glazuurcariës of actieve dentinecariës? Nee: 0 punt, ja: 1 punt.

Terugkominterval:

Punten	Kleur/Risico patiënt	Actie	Controle
0		PMO	Volgend PMO
1	Zonder cariësactiviteit	PMO + Gewoon Gaaf+ zelfzorg/ouderzorg afspraken	na 3 - 6 maanden
1 of 2	Met cariësactiviteit	PMO + Gewoon Gaaf+ zelfzorg/ouderzorg afspraken	na 1 - 3 maanden

Bepaal indien de patiënt voor een Gewoon Gaaf-controle terugkomt, wat u dan gaat doen.

Stap 4 Vervolg Gewoon Gaaf-bezoek / Evaluatie.

→ Ga opnieuw naar stap 3 of 2.



Stappenplan Gewoon Gaaf 4-12 jaar

Als basis volgt u het PMO-protocol en het Advies Cariëspreventie van het Ivoren Kruis.

Stap 1 Diagnostiek en indicatie; plaquescore, cariës- en cariësriscoscore.

Bepaal voor uw patiënt wat van stap 2 nodig is.

Stap 2 (Be)handelingen door tandheelkundig team:

- Kennisoverdracht.
- Professionele preventieve maatregelen.
- Oefening zelfzorg/ouderzorg.
- Afspraken zelfzorg/ouderzorg.

Risicocriteria met terugkominterval zijn in deze leeftijdscategorie:

- Is kind/ouder betrokken/gemotiveerd? (afgemeten aan het volgen van het Basisadvies en de mondhygiëne).
Betrokken/schone mond: 0 punten, niet betrokken/niet schone mond: 1 punt
- Is er sprake van actieve glazuurcariës of actieve dentinecariës?
Nee: 0 punten, ja: 1 punt
- Zijn er elementen in doorbraak? nee: 0 punten, ja: 1 punt
- Is er sprake van actieve glazuurcariës of actieve dentinecariës in de blijvende elementen? nee: 0 punten, ja: 1 punt

Terugkominterval:

Punten	Kleur/Risico patiënt	Actie	Controle
0		PMO	Volgend PMO
1 of 2	Zonder cariësactiviteit	PMO + Gewoon Gaaf+ zelfzorg/ouderzorg afspraken	controle 4-6 maanden
1 tot 4	Met cariësactiviteit	PMO + Gewoon Gaaf + zelfzorg/ouderzorg afspraken	controle 2-4 maanden

Bepaal indien de patiënt voor een Gewoon Gaaf-controle terugkomt, wat u dan gaat doen.

Stap 3 Vervolg Gewoon Gaaf- bezoek / Evaluatie.

→ Ga opnieuw naar stap 2 of ga naar stap 1.



Stappenplan Gewoon Gaaf 12-18 jaar

Als basis volgt u het PMO-protocol en het Advies Cariëspreventie van het Ivoren Kruis. Kinderen worden in deze fase verondersteld zelf de verantwoordelijkheid voor hun mondgezondheid te kunnen nemen.

Stap 1 Diagnostiek en indicatie; plaquescore, cariës- en cariësriscoscore.

Bepaal voor uw patiënt wat van stap 2 nodig is.

Stap 2 (Be)handelingen door tandheekkundig team:

- Kennisoverdracht.
- Professionele preventieve maatregelen.
- Oefening zelfzorg.
- Afspraken zelfzorg.

Risicocriteria met terugkominterval zijn in deze leeftijdscategorie:

- Motivatatie en betrokkenheid van de patiënt (afgemeten aan mondhygiëne en het volgen van het Basisadvies). Schone mond/volgt Basisadvies: 0 punten, niet schone mond/volgt Basisadvies niet: 1 punt
- Cariësontwikkeling/- progressie. Nee: 0 punten, ja: 1 punt
- Zijn er elementen in doorbraak? nee: 0 punten, ja: 1 punt

Terugkominterval:

<i>Punten</i>	<i>Kleur/Risico patiënt</i>	<i>Actie</i>	<i>Controle</i>
0		PMO	Volgend PMO
1 of 2	Zonder cariësactiviteit	PMO + Gewoon Gaaf+ zelfzorg afspraken	Controle 3-6 maanden
1 tot 3	Met cariësactiviteit	PMO + Gewoon Gaaf + zelfzorg afspraken	Controle 1-4 maanden

Bepaal indien de patiënt voor een Gewoon Gaaf-controle terugkomt, wat u dan gaat doen.

Stap 3 Vervolg Gewoon Gaaf-bezoek / Evaluatie

→ Ga opnieuw naar stap 2 of ga naar stap 1.



Toelichting bij het stappenplan Gewoon Gaaf 0-4 jaar

Begin bij de doorbraak van de eerste tand. Als basis volgt u het PMO-protocol en het Advies Cariëspreventie van het Ivoren Kruis. Aanvullende terugkombezoeken plant u op basis van het risicoprofiel (groen, geel of oranje) en uw inschatting of de ouders de gemaakte ouderzorgafspraken zelfstandig nakomen of daarbij uw steun nodig hebben. Bekijk hoeveel ondersteuning de (ouder van de) patiënt nodig heeft. Met Gewoon Gaaf geeft u aandacht aan iedere individuele patiënt, bekijkt u waar de hulpvraag van de patiënt ligt en beoordeelt u het risico dat de patiënt loopt.

Gesprekken/oefeningen kunnen heel goed, en vaak beter, buiten de setting van de behandelstoel plaatsvinden. Boots in poetsoefensessies zo veel mogelijk de thuissituatie na. De eerste keer dat u de ouder van de patiënt op bezoek krijgt, geeft u uitleg en algemene adviezen. Maak bij het geven van voorlichting zo veel mogelijk gebruik van Motivational Interviewing. Belangrijk daarbij is dat u zich probeert in te leven in de patiënt (verplaatsen naar zijn/haar situatie) en aansluit bij de intrinsieke motivatie van de patiënt. Door gebruik te maken van Motivational Interviewing, reageert u op een effectieve manier op weerstand en laat u de patiënt komen tot reële voornemens.

Voordelen van Motivational Interviewing

<i>Eenvoudig:</i>	<i>Relatief eenvoudig aan te leren</i>
<i>Praktisch:</i>	<i>Na korte oefening, gelijk toepasbaar</i>
<i>Evidence based:</i>	<i>Wetenschappelijk onderbouwd</i>
<i>Efficiënt:</i>	<i>Patiënt motiveert zichzelf</i>
<i>Breed inzetbaar:</i>	<i>Ongeacht cultuur en opleidingsniveau</i>
<i>Weinig tijd?:</i>	<i>Werkt zelfs in korte gesprekken</i>
<i>Altijd toepasbaar:</i>	<i>Ook als patiënten nog niks willen</i>

Stap 1 Roep ouders op hun kind vanaf doorbraak 1e tand (v.a. 6-12 maanden) mee te nemen naar de mondzorgpraktijk

- Maak kennis met ouder en kind.
- Leg Gewoon Gaaf uit.
- Bekijk de houding van de ouders.
Aandachtspunten:
 - Zijn ze geïnteresseerd in een gezonde mond van hun kind?
 - Zijn er ook andere kinderen in het gezin?
 - Hoe is het met hun mondhygiëne en mondgezondheid?
 - Hoe is het met de mondhygiëne van de ouder(s) zelf?
- Poetsen de ouders de tanden van het kind met fluoridepeutertandpasta?

Bepaal voor uw patiënt wat van stappen 2 en 3 nodig is.



Stap 2 *Leg het cariësproces uit*

Tips bij het uitleggen van het cariësproces aan de ouder van de patiënt

- Vind uit wat het belang van een gezonde mond voor de ouder van de patiënt is.
- Bespreek motivatie om een gezonde mond te hebben/houden.
- Vertel ouders dat cariës (gaatjes) een (lokale) ziekte is, die wordt veroorzaakt door bacteriën in de tandplaque die 1x per dag (kinderen van 0 en 1 jaar) of 2x per dag (kinderen van 2-4 jaar) helemaal verwijderd moeten worden om gaatjes en tandvleesproblemen te voorkomen. Vertel dat cariës niet erfelijk is, maar te voorkomen is (je hebt er zelf invloed op).
- Vertel over de moeilijk bereikbare plaatsen, zoals de doorbrekende molaren waar plaque zich gemakkelijk en ongestoord kan ophopen.
- Laat ouders zien hoe je deze plaque het beste kunt wegpoetsen.
- Adviseer ouders om doorbrekende elementen loodrecht (dwars) op de tandboog te poetsen.
- Bespreek het poets- en voedingsgedrag: adviseer 1x per dag (0 en 1 jaar) of 2x per dag (2-4 jaar) met fluorideputertandpasta te poetsen (500 - 750 ppm F) en geef juiste voedingsadviezen conform het Advies Cariëspreventie van het Ivoren Kruis. Let daarbij op het aantal eet- en drinkmomenten.

Stap 3 *Kijkje in de mond;*

Plaquescore, cariës en cariësriscoscore

- Kijk of u plaque ziet (visueel). Kleur de plaque waar het kan.
- Laat ouder(s) en kind zien op welke vlakken van de gebitselementen plaque aanwezig is en leg vast of er veel of weinig plaque zichtbaar is. Maak hiervoor eventueel gebruik van het poetsformulier in [bijlage 3](#) om het de ouder van de patiënt zo duidelijk mogelijk aan te geven.
- Reinig het gebit zo goed mogelijk.
- Voer een inspectie van de gebitselementen uit (cariës-assessment) en noteer uw bevindingen. Maak bijvoorbeeld gebruik van het cariëscoremodel in [bijlage 1](#).

Oefening ouderzorg

Hier vindt u tips en suggesties bij het oefenen en stimuleren van de ouderzorg. Sluit aan bij de ouder van de patiënt en bied haalbare alternatieven. Bied hulp/coaching die wordt gevraagd of vraag of steun gewenst is.

- Laat ouder van kind eigen tandenborstel meenemen.
- Laat ouders en kind in de praktijk voordoen hoe ze poetsen. Bespreek wat ze goed/nog niet goed doen.
- Laat ouders en kind zien hoe je deze plaque het beste kunt wegpoetsen.
- Adviseer ouders om doorbrekende elementen loodrecht (dwars) op de tandboog te poetsen.



- Bespreek het poets- en voedingsgedrag: adviseer 1x per dag (0-1 jaar) of 2x per dag (2-4 jaar) met fluoridepeutertandpasta (500-750 ppm F) te poetsen met een zachte peutertandenborstel, en adviseer de juiste voedingsadviezen conform het Advies Cariëspreventie van het Ivoren Kruis. Let daarbij op het aantal eet- en drinkmomenten. Laat eventueel voedingsdagboek invullen.
- Bespreek poets- en voedingstips om gedrag te kunnen veranderen. Bijlage 2.

Afspraken ouderzorg

Schat in in hoeverre de ouder van de patiënt in staat is de ouderzorgafspraken na te komen. Afhankelijk van deze inschatting en de punten van de risicoschatting bepaalt u het terugkominterval.

- Maak concrete afspraken over het voorgenomen poets- en voedingsgedrag.
- Maak duidelijke en haalbare afspraken die de ouder van de patiënt thuis gaat uitvoeren:
 - Spreek af welke vlakken de ouder van de patiënt beter gaat poetsen.
 - Spreek af welke voedingsgewoonten in aanmerking komen voor aanpassing en spreek concrete alternatieven af.
 - Spreek tools af om verbeteringen te realiseren.
 - Spreek af op welke termijn de voorgenomen doelen ingaan.

Risicocriteria waarop gescoord wordt zijn in deze leeftijdscategorie:

- a. Zijn ouder(s) betrokken? (afgemeten aan volgen Basisadvies en indien mogelijk aan de mondhygiëne.
Betrokken/schone mond: 0 punten, niet betrokken/niet schone mond: 1 punt
- b. Is er sprake van actieve glazuurcariës of actieve dentinecariës? Nee: 0 punt, ja: 1 punt

Terugkominterval:

<i>Punten</i>	<i>Kleur/Risico patiënt</i>	<i>Actie</i>	<i>Controle</i>
0		PMO	Volgend PMO
1	Zonder cariësactiviteit	PMO + Gewoon Gaaf+ zelfzorg/ouderzorg afspraken	na 3 - 6 maanden
2	Met cariësactiviteit	PMO + Gewoon Gaaf+ zelfzorg/ouderzorg afspraken	na 1 - 3 maanden

Bepaal indien de patiënt voor een Gewoon Gaaf-controle terugkomt, wat u dan gaat doen.

→ **Ga naar stap 4.**



Stap 4 Vervolg Gewoon Gaaf-bezoek / Evaluatie

Evalueer in hoeverre de gemaakte ouderzorgafsprak(en) is/zijn nagekomen.

- Evalueer de gemaakte ouderzorgafsprak(en) met de ouders. Wat ging goed? Wat kan beter?
- Bespreek de cariësactiviteit van de vorige keer en in welke mate deze is af- of toegenomen.
- Kleur de plaque bij patiënten die de vorige keer een poetsinstructie hebben gekregen. Geef in het gesprek vooral aan waar het goed is gegaan. Geef ook aan waar het nóg beter kan.
- Bespreek en noteer of de afspraken succesvol zijn nagekomen. Zo ja, doorgaan op ingeslagen strategie. Is dit niet het geval? Bespreek bij niet gehaalde doelen of hulpmiddelen bereikbaar waren en/of consumptiealternatieven zijn gebruikt en waarom (niet). Bespreek en noteer de mogelijke oorzaak en laat de patiënt een plan maken hoe hier mee om te gaan.
- Bespreek bij niet gehaalde doelen of meer hulp/coaching nodig is.
- Bespreek tips en/of alternatieven op het gebied van voedsel-, drankinname en speengebruik.
- Bespreek tips om gedrag te kunnen veranderen. Bijlage 2.

→ Ga opnieuw naar stap 3 of ga naar stap 2.



Toelichting bij het stappenplan Gewoon Gaaf 4-12 jaar

Met Gewoon Gaaf geeft u aandacht aan iedere individuele patiënt, bekijkt u waar de hulpvraag van de patiënt ligt en beoordeelt u het risico dat de patiënt loopt. Als basis volgt u het PMO-protocol en het Advies Cariëspreventie van het Ivoren Kruis. Aanvullende terugkombezoeken plant u op basis van het risicoprofiel (groen, geel of oranje) en uw inschatting of gemaakte zelfzorgafspraken zelfstandig worden nagekomen. Bekijk hoeveel ondersteuning de (ouder van de) patiënt nodig heeft.

Stap 1 Diagnostiek en indicatie; Plaquescore, cariës- en cariësriscoscore

- Kleur de tandplaque waar het kan.
- Laat ouders en kinderen zien op welke vlakken van de gebitselementen plaque aanwezig is (plaquekleuring met erythrosine). Leg de nadruk op fissuren en leg uw bevindingen vast in het patiëntendossier. Maak hiervoor eventueel gebruik van het poetsformulier in [bijlage 3](#) om het de ouder van de patiënt zo duidelijk mogelijk aan te geven.
- Voer professionele gebitsreiniging uit.
- Voer een inspectie van de gebitselementen uit (cariës-assessment) en noteer uw bevindingen. Maak bijvoorbeeld gebruik van het cariëscoremodel in [bijlage 1](#).

Bepaal voor uw patiënt wat van stap 2 nodig is op dit moment.

→ Ga naar stap 2.

Stap 2 (Be)handelingen door tandheerkundig team

Gesprekken/oefeningen kunnen heel goed, en vaak beter, buiten de setting van de behandelstoel plaatsvinden. Boots in poetsoefensessies zo veel mogelijk de thuissituatie na. Maak zo veel mogelijk gebruik van Motivational Interviewing. Belangrijk daarbij is dat u aansluit bij de intrinsieke motivatie van de patiënt. Door gebruik te maken van Motivational Interviewing, reageert u op een effectieve manier op weerstand en laat u de patiënt komen tot reële voornemens.

Kennis

Tips bij het uitleggen van het cariësproces aan de ouder van de patiënt

- Bespreek de resultaten van stap 1 met de ouders en het kind.
- Bespreek het belang van een gezonde mond met de (ouder van de) patiënt.
- Bespreek de motivatie om een gezonde mond te hebben/houden.
- Vertel ouders en kinderen dat cariës (gaatjes) een (lokale) ziekte is, die wordt veroorzaakt door bacteriën in de tandplaque die 2x per dag helemaal verwijderd moeten worden om gaatjes en tandvleesproblemen te voorkomen. Vertel dat cariës niet erfelijk en te voorkomen is (je hebt er zelf invloed op).



- Vertel over de moeilijk bereikbare plaatsen, zoals de doorbrekende molaren waar plaque zich gemakkelijk en ongestoord kan ophopen.
- Laat ouders en kinderen zien hoe je deze plaque het beste kunt wegpoetsen.
- Adviseer ouders en kinderen om doorbrekende elementen loodrecht (dwars) op de tandboog te poetsen.
- Bespreek het poets- en voedingsgedrag: adviseer 2x per dag met fluoridetandpasta te poetsen (1.000-1.500 ppm F) en geef juiste voedingsadviezen conform het Advies Cariëspreventie van het Ivoren Kruis. Let daarbij op het aantal eet- en drinkmomenten.

Oefening zelf- en ouderzorg

Hier vindt u tips en suggesties bij het oefenen en stimuleren van de zelf- en ouderzorg. Sluit aan bij de (ouder van de) patiënt en bied haalbare alternatieven. Bied hulp/coaching die wordt gevraagd of vraag of steun gewenst is. Bekijk hoeveel ondersteuning de (ouder van de) patiënt nodig heeft.

- Laat de (ouder van) het kind de eigen tandenborstel meenemen.
- Laat de (ouder van de) patiënt in de praktijk voor doen hoe hij poetst. Bespreek wat hij/zij goed/nog niet goed doet.
- Laat ouders en kinderen zien hoe je deze plaque het beste kunt wegpoetsen.
- Adviseer om doorbrekende elementen loodrecht (dwars) op de tandboog te poetsen.
- Bespreek het poets- en voedingsgedrag: adviseer 2x per dag met de juiste fluoridetandpasta (0-4 jaar 500 - 750 ppm F, vanaf 5 jaar 1.000 -1.500 ppm F) te poetsen en adviseer de juiste voedingsadviezen conform het Advies Cariëspreventie van het Ivoren Kruis. Let daarbij op het aantal eet- en drinkmomenten. Laat eventueel voedingsdagboek invullen.
- Bespreek poets- en voedingstips om gedrag te kunnen veranderen. [Bijlage 2](#)

Afspraken zelf- en ouderzorg

Schat in in hoeverre de (ouder van de) patiënt in staat is de zelfzorg-/ouderafspraken na te komen, of dat daarbij uw steun nodig is. Afhankelijk van deze inschatting en de punten van de risicoschatting bepaalt u het terugkominterval.

- Maak concrete afspraken over het voorgenomen poets- en voedingsgedrag.
- Maak samen met de ouder en het kind duidelijke en haalbare afspraken die de (ouder van de) patiënt thuis gaat uitvoeren:
 - Spreek af welke vlakken de (ouder van de) patiënt beter gaat (na)poetsen.
 - Spreek af welke voedingsgewoonten in aanmerking komen voor aanpassing. Spreek concrete alternatieven af.
 - Spreek tools/hulpmiddelen af om verbeteringen te realiseren.
 - Spreek af op welke termijn de voorgenomen doelen ingaan.



Risicocriteria met terugkominterval zijn in deze leeftijdscategorie:

- a. Is kind/ouder betrokken/gemotiveerd? (afgemeten aan het volgen van het Basisadvies en de mondhygiëne).
Betrokken/schone mond: 0 punten, niet betrokken/niet schone mond: 1 punt
- b. Is er sprake van actieve glazuurcariës of actieve dentinecariës?
Nee: 0 punten, ja: 1 punt
- c. Zijn er elementen in doorbraak? nee: 0 punten, ja: 1 punt
- d. Is er sprake van actieve glazuurcariës of actieve dentinecariës in de blijvende elementen? nee: 0 punten, ja: 1 punt

Terugkominterval:

<i>Punten</i>	<i>Kleur/Risico patiënt</i>	<i>Actie</i>	<i>Controle</i>
0		PMO	Volgend PMO
1 of 2	Zonder cariësactiviteit	PMO + Gewoon Gaaf+ zelfzorg/ouderzorg afspraken	controle 4-6 maanden
1 tot 4	Met cariësactiviteit	PMO + Gewoon Gaaf + zelfzorg/ouderzorg afspraken	controle 2-4 maanden

Professionele preventieve maatregelen

Aan de hand van stap 1 bepaalt u of een of meer professionele preventieve maatregelen moeten worden genomen.

- Is er actieve cariës en ziet u mogelijkheden tot een niet-restauratieve cariësbehandeling. Moeten bijvoorbeeld:
 - een of meer elementen worden geseald? Zie Ivoren Kruisadvies Preventie fissaucariës.
 - een of meer elementen met fluoride worden geapliceerd? Zie Ivoren Kruisadvies Cariëspreventie.
- Is/zijn (een) andere behandeling(en) nodig? Welke? Moet er bijvoorbeeld operatief worden ingegrepen, al dan niet met een restauratie?

Bepaal indien de patiënt voor een Gewoon Gaaf-controle terugkomt, wat u dan gaat doen.

→ **Ga naar stap 3.**



Stap 3 Vervolg Gewoon Gaaf-bezoek / Evaluatie

Evalueer in hoeverre de gemaakte zorgafsprake(n) is/zijn nagekomen.

- Vraag ouders en kinderen hoe het de afgelopen periode ging met het uitvoeren van de afspraken die vorige keer zijn gemaakt.
- Bespreek de cariësactiviteit van de vorige keer en in welke mate deze af- of toegenomen.
- Bespreek en noteer of de afspraken succesvol zijn nagekomen. Zo ja, doorgaan op ingeslagen strategie. Is dit niet het geval? Bespreek bij niet gehaalde doelen of hulpmiddelen bereikbaar waren en/of consumptiealternatieven zijn gebruikt en waarom (niet). Bespreek en noteer de mogelijke oorzaak en laat de (ouder van de) patiënt een plan maken hoe hier mee om te gaan.
- Bespreek bij niet gehaalde doelen of meer hulp/coaching nodig is.
- Bespreek tips en/of alternatieven op het gebied van voedsel- en drankinname.
- Bespreek tips om gedrag te kunnen veranderen. Bijlage 2.

→ Ga opnieuw naar stap 2 of ga naar stap 1.



Toelichting bij het stappenplan Gewoon Gaaf 12-18 jaar

Adolescenten worden in deze fase verondersteld zelf de verantwoordelijkheid te kunnen nemen. Bekijk hoeveel ondersteuning de patiënt nodig heeft. Met Gewoon Gaaf geeft u aandacht aan iedere individuele patiënt, bekijkt u waar de hulpvraag van de patiënt ligt en beoordeelt u het risico dat de patiënt loopt. Bekijk hoeveel ondersteuning de patiënt nodig heeft.

Stap 1 Diagnostiek en indicatie; Plaquescore, cariës- en cariësrisicoscore

- Kleur de tandplaque.
- Laat patiënt zien op welke vlakken van de gebitselementen plaque aanwezig is (plaquekleuring met erythrosine). Leg de nadruk op fissuren en leg uw bevindingen vast in het patiëntendossier. Maak hiervoor eventueel gebruik van het poetsformulier in bijlage 3 om het de patiënt zo duidelijk mogelijk aan te geven.
- Voer professionele gebitsreiniging uit.
- Voer een inspectie van de gebitselementen uit (cariës-assessment) en noteer uw bevindingen. Maak bijvoorbeeld gebruik van het cariëscoremodel in bijlage 1.

Bepaal voor uw patiënt wat van stap 2 nodig is op dit moment.

→ Ga naar stap 2.

Stap 2 (Be)handelingen door tandheelkundig team

Gesprekken/oefeningen kunnen heel goed, en vaak beter, buiten de setting van de behandelstoel plaatsvinden. Boots in poetsoefensessies zo veel mogelijk de thuissituatie na. Maak zo veel mogelijk gebruik van Motivational Interviewing. Belangrijk daarbij is dat u aansluit bij de intrinsieke motivatie van de patiënt. Door gebruik te maken van Motivational Interviewing, reageert u op een effectieve manier op weerstand en laat u de patiënt komen tot reële voornemens.

Kennis

Tips bij het uitleggen van het cariësproces aan de ouder van de patiënt

- Bespreek de resultaten van stap 1 met de patiënt.
- Bespreek het belang van een gezonde mond met de patiënt.
- Bespreek de motivatie om een gezonde mond te hebben/houden.
- Vertel de patiënt dat cariës (gaatjes) een (lokale) ziekte is, die wordt veroorzaakt door bacteriën in de tandplaque die 2x per dag helemaal verwijderd moeten worden om gaatjes en tandvleesproblemen te voorkomen. Vertel dat cariës niet erfelijk en te voorkomen is (je hebt er zelf invloed op).
- Vertel over de moeilijk bereikbare plaatsen, zoals de doorbrekende molaren waar plaque zich gemakkelijk en ongestoord kan ophopen.



- Laat de patiënt zien hoe je deze plaque het beste kunt wegpoetsen.
- Adviseer om doorbrekende elementen loodrecht (dwars) op de tandboog te poetsen.
- Bespreek het poets- en voedingsgedrag: adviseer 2x per dag met fluoridetandpasta te poetsen (1.000-1.500 ppm F) en geef juiste voedingsadviezen conform het Advies Cariëspreventie van het Ivoren Kruis. Let daarbij op het aantal eet- en drinkmomenten.

Oefening zelfzorg

Hier vindt u tips en suggesties bij het oefenen en stimuleren van de zelfzorg. Sluit aan bij de patiënt en bied haalbare alternatieven. Bied hulp/coaching die wordt gevraagd of vraag of steun gewenst is. Bekijk hoeveel ondersteuning (de ouder van) de patiënt nodig heeft.

- Laat de patiënt de eigen tandenborstel meenemen.
- Laat de patiënt in de praktijk voordoen hoe hij/zij poetst. Bespreek wat hij/zij goed/ nog niet goed doet.
- Laat patiënt zien hoe je deze plaque het beste kunt wegpoetsen.
- Adviseer om doorbrekende elementen loodrecht (dwars) op de tandboog te poetsen.
- Bespreek het poets- en voedingsgedrag: adviseer 2x per dag met 1.000 -1.500 ppm fluoridetandpasta te poetsen en adviseer de juiste voedingsadviezen conform het Advies Cariëspreventie van het Ivoren Kruis. Let daarbij op het aantal eet- en drinkmomenten. Laat eventueel voedingsdagboek invullen.
- Bespreek poets- en voedingstips om gedrag te kunnen veranderen. [Bijlage 2](#)

Afspraken zelfzorg

Schat in in hoeverre de patiënt in staat is de zelfzorgafspraken na te komen, of dat daarbij uw steun nodig is. Afhankelijk van deze inschatting en de punten van de risicoschatting in deze stap bepaalt u het terugkominterval.

- Maak concrete afspraken over het voorgenomen poets- en voedingsgedrag.
- Maak samen met de patiënt duidelijke en haalbare afspraken die de patiënt thuis gaat uitvoeren:
 - Spreek af welke vlakken de patiënt beter gaat poetsen/beter gaat napoetsen.
 - Spreek af welke voedingsgewoonten in aanmerking komen voor aanpassing. Spreek concrete alternatieven af.
 - Spreek tools/hulpmiddelen af om verbeteringen te realiseren.
 - Spreek af op welke termijn de voorgenomen doelen ingaan.



De risicocriteria met terugkominterval zijn in deze leeftijdscategorie:

- Motivatie en betrokkenheid van de patiënt (afgemeten aan mondhygiëne en het volgen van het Basisadvies). Schone mond / volgt Basisadvies: 0 punten, niet schone mond /volgt Basisadvies niet: 1 punt
- Cariësontwikkeling /- progressie. Nee: 0 punten, ja: 1 punt
- Zijn er elementen in doorbraak? nee: 0 punten, ja: 1 punt

Terugkominterval:

Punten	Kleur/Risico patiënt	Actie	Controle
0		PMO	Volgend PMO
1 of 2	Zonder cariësactiviteit	PMO + Gewoon Gaaf+ zelfzorg afspraken	Controle 3-6 maanden
1 tot 3	Met cariësactiviteit	PMO + Gewoon Gaaf + zelfzorg afspraken	Controle 1-4 maanden

Professionele preventieve maatregelen

Aan de hand van stap 1 bepaalt u of een of meer professionele preventieve maatregelen moeten worden genomen.

- Is er actieve cariës en ziet u mogelijkheden tot een niet-restauratieve cariësbehandeling. Moeten bijvoorbeeld:
 - o een of meer elementen worden geseald? Zie Ivoren Kruisadvies Preventie fissuurcariës.
 - o een of meer elementen met fluoride worden geapliceerd? Zie Ivoren Kruisadvies Cariëspreventie.
- Is/zijn (een) andere behandeling(en) nodig? Welke? Moet er bijvoorbeeld operatief worden ingegrepen, al dan niet met een restauratie?

Bepaal indien de patiënt voor een Gewoon Gaaf-controle terugkomt, wat u dan gaat doen.

→ Ga naar stap 3.

Stap 3 Vervolg Gewoon Gaaf-bezoek / Evaluatie

Evalueer in hoeverre de gemaakte zelfzorgafsprak(en) is/zijn nagekomen.

- Vraag de patiënt hoe het de afgelopen periode ging met het uitvoeren van de afspraken die vorige keer zijn gemaakt.
- Bespreek de cariësactiviteit van de vorige keer en in welke mate deze is af- of toegenomen.
- Bespreek en noteer of de afspraken succesvol zijn nagekomen. Zo ja, doorgaan op ingeslagen strategie. Is dit niet het geval? Bespreek en noteer de mogelijke oorzaak en laat de patiënt een plan maken hoe hier mee om te gaan.

→ Ga opnieuw naar stap 2 of ga naar stap 1.



Bijlage 1 Cariëscoremodel

Visuele en tactiele criteria bij de diagnose van cariëslaesies in glazuur en dentine.

(bewerkt naar Nyvad et. al, 1999 Van Palenstein Helderma e.a.: 'Gewoon Gaaf', maart 2015)

<p>Professionele gebitsreiniging gaat vooraf aan de cariëdiagnostiek. Door droog te blazen worden ook de vroege initiële glazuur laesies zichtbaar. Het onderscheid tussen actief en inactief is niet altijd eenvoudig. Bij twijfel altijd actief scoren. Op röntgen opnamen is het onderscheid tussen actief en inactief niet zichtbaar. Pas bij een vervolgonname kan progressie, stilstand of regressie van het cariëproces worden vastgesteld.</p>	
Gezond	Normaal gezond glazuur en worteldentine (eventueel lichte verkleuring).
Inactieve glazuurcariës	Glazuuroppervlak kan wit, bruin of zwart zijn en is glanzend; voelt hard en glad wanneer de top van de pocketsonde lichtjes over het oppervlak gaat. Geen zichtbaar weefselverlies, eventueel minuscuul glazuurdefect, maar geen blootliggend dentine. Gladde vlakken: cariës op enige afstand van de gingiva. Fissuur/put: intacte morfologie van de fissuur; cariës langs de wanden van de fissuur.
Actieve glazuurcariës	Glazuuroppervlak is wit/geel opaak, soms krijtachtig met verlies van glans; voelt ruw wanneer de top van de pocketsonde lichtjes over het oppervlak gaat. Geen zichtbaar weefselverlies, eventueel minuscuul glazuurdefect, maar geen blootliggend dentine. Gladde vlakken: cariës dicht bij de gingiva. Fissuur/put: intacte morfologie van de fissuur, cariës langs de wanden van de fissuur.
Inactieve dentinecariës	Cariës tot in het dentine. Caviteit met zichtbaar dentine op de bodem. Bodem kan donker verkleurd en glanzend zijn en voelt hard aan.
Actieve dentinecariës	Cariës tot in het dentine. Caviteit met zichtbaar dentine op de bodem. Bodem voelt zacht of leerachtig aan. Het dentine is niet zichtbaar, maar er is wel een blauwgrijze, soms witgelige doorschemering zichtbaar ('hidden' cariës).
<p><i>Deze wijze van scoren vereenvoudigt de longitudinale evaluatie van de totaalscore van de cariësstatus. Gaat score tussen 2 metingen van actief naar inactief, dan betekent dit dat de cariësactiviteit afneemt. Als er tussen 2 metingen een restauratie is gemaakt, wordt deze gescoord als actieve dentinecariës. Bij de volgende evaluatieperiode krijgt een restauratie een score gezond bij de eerste meting.</i></p>	



Bijlage 2 Poets- en voedingstips

Poetstips voor ouders met kleine kinderen. Adviseer ouders

- kinderen tot 10 jaar oud (na) te poetsen.
- een juiste poetshouding, waarbij de ouder het hoofd van het kind voldoende steunt bij het tandenpoetsen.
- in een vaste volgorde te poetsen (3B's).
- niet te hard op de borstel te drukken.
- een zachte (elektrische) tandenborstel te gebruiken.
- de (opzet)borstel 4x per jaar te vervangen.
- 2 minuten per poetsbeurt te poetsen.
- hard op te tellen (of zingen). Dat maakt dat het kind weet hoe lang het nog duurt.
- doorbrekende elementen dwars op de tandboog te poetsen.
- op de gevoeligheid van het lipbandje onder de bovenlip, het deel achterin de kaak en het tandvlees bij doorbrekende elementen te letten.
- van tandenpoetsen een vaste gewoonte/ritueel te maken en op vaste momenten op de dag te poetsen.
- hun kinderen tot 6 jaar te laten liggen tijdens het poetsen (bijv. op bed of op de bank).
- het kind eerst te poetsen, daarna mag kind zelf 'poetsen'. (of andersom als dat beter blijkt te werken).
- het tandenpoetsen aantrekkelijker te maken. Laat hun kinderen bijvoorbeeld zelf een tandenborstel uitkiezen of zelf tandpasta op de borstel doen, laat ouders een liedje zingen, een verhaal vertellen en/of hun kind iets in handen geven.
- zo vroeg mogelijk te stoppen met het geven van een speen als het kind nog aan de speen is. Bespreek het duim/speengedrag.
- hun kinderen zo vroeg mogelijk uit een beker te laten drinken (va 9 mnd).

Geef tips voor acties bij weerstand. Denk aan

- Probeer in ieder geval te poetsen, al is het in het begin maar 1 tel.
- Voer het aantal tellen dat de borstel in de mond is langzaam op.
- Lukt het in het begin niet om een tandenborstel te gebruiken, probeer het dan met een beetje tandpasta aan je vinger / of gaasje.
- Tandpoetsen hoort erbij, net als handen en haren wassen.

Poetstips voor patiënten die zelfstandig poetsen. Adviseer

- een zachte (elektrische) tandenborstel te gebruiken
- de (opzet)borstel 4x per jaar te vervangen.
- op vaste momenten op de dag te poetsen.
- 2 minuten te poetsen per poetsbeurt.
- in een vaste volgorde te poetsen (3B's).
- niet te hard op de borstel te drukken.
- doorbrekende elementen dwars op de tandboog te poetsen.
- over te gebruiken hulpmiddelen en waar die verkrijgbaar zijn.



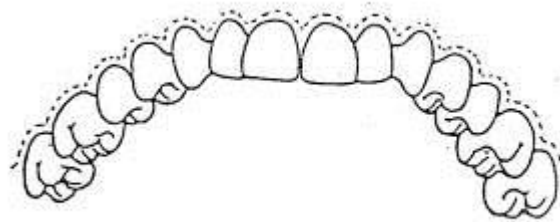
Voedingstips. Adviseer

- het zuigflesgebruik te beperken / af te bouwen zodra een kind uit een beker kan drinken.
- geen suiker toe te voegen aan drankjes en (vloeibaar) voedsel.
- geen zoete drankjes (ook geen melk!) mee naar bed te geven/nemen.
- kraanwater te drinken.
- maximaal 7 eet- en drinkmomenten p/dag (3 hoofdmaaltijden en 4 tussendoortjes).
- vaste eet- en drinkmomenten/-gebruiken te introduceren (bijv. s morgens 1x fruit, 's middags 1x koek o.i.d. of andersom)
- Eet- en drinkmomenten te combineren.
- Liever hartige dingen te (laten) nuttigen.

Bijlage 3 Poetsformulier

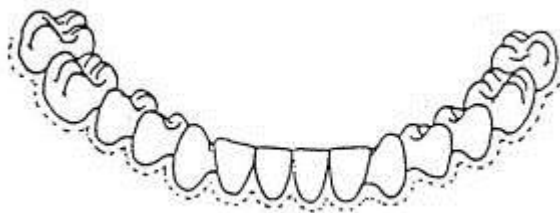
Voor _____

Datum _____



Rechts

Links



Aandachtspunten

Neem bij iedere afspraak je eigen tandenborstel mee!