

Duimen

Door duimen kunnen tanden van stand veranderen. Het kan een bestaande gebitsafwijking aanzienlijk verergeren.

Afleren is daarom het beste. Soms is dat lastig. Daarom in deze folder wat tips

Orthodontistenpraktijk BonOort

Mw. Dr. C.A.M. van Oort-Bongaarts

Mennonietenweg 16
6702 AD Wageningen

t (0317) 419910
f (0317) 410922
e bonoort@orthodontist.nl
i www.bonoort-orthodontist.nl

Orthodontistenpraktijk
BonOort

Duimen



DUIMEN

De meeste kinderen zuigen als baby en peuter op duim /vingers / speen. Na verloop van tijd stopt die gewoonte meestal. Is dat niet zo, dan is afleren van belang om beïnvloeding van tandstand te voorkomen.

TIPS SPEEN

Een speen kun je een keer

'kwijtraken. Laat afwennen niet samenvallen met een spannende gebeurtenis of ziekte.

Koppel stoppen aan een logische gebeurtenis, zoals het gaan naar de basisschool

Kies voor eenvoudige beloningen: kiezen wat er gegeten wordt, TV-programma kiezen.

Maak de opdracht steeds moeilijker: eerst overdag stoppen, dan 's avonds, en daarna met inslapen.

Maak een schema: groen is goed, rood is een dagdeel dat niet goed ging. Zo kan vooruitgang worden bijgehouden

Laat uw kind een minuut naar zichzelf kijken in de spiegel, met de speen in de mond

Geef evt. een gezellig knuffeldier als vervanging

Spreek duidelijk af wie er binnen het gezin het kind helpt. De rest mag zich er niet mee bemoeien. Spreek evt. een geheim teken af.

TIPS DUIM /VINGERS

Zorg voor afleiding

Niet forceren als uw kind niet uitgerust of ziek is

Koppel stoppen aan een logische gebeurtenis, zoals het gaan naar de basisschool

Kies voor eenvoudige beloningen: kiezen wat er gegeten wordt, TV-programma kiezen.

Maak de opdracht steeds moeilijker: eerst overdag stoppen, dan 's avonds, en daarna met inslapen.

Maak een schema: groen is goed, rood is een dagdeel dat niet goed ging. Zo kan vooruitgang worden bijgehouden

Laat uw kind een minuut naar zichzelf kijken in de spiegel, met de duim of vingers in de mond

Gebruik evt. hulpmiddelen als, pleisters, Bitex, sok om de hand., nagellak en stickers op de nagels.

Geef evt. een gezellig knuffeldier als vervanging

Spreek duidelijk af wie er binnen het gezin het kind helpt. De rest mag zich er niet mee bemoeien. Spreek evt. een geheim teken af.

WANNEER

In ieder geval voor de doorbraak van de blijvende tanden, maar eerder is beter.

Hoe ouder het kind wordt, hoe belangrijker het is alles uit de kast te halen.

Orthodontistenpraktijk BonOort

Mw. dr. C.A.M. van Oort-Bongaarts

Mennonietenweg 16
6702 AD Wageningen

t (0317) 419910
f (0317) 410922
e bonoort@orthodontist.nl
i www.bonoortorthodontist.nl