

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

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.