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 1e 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 of oranje), die u bij elk PMO-bezoek maakt en uw inschatting of de ouders gemaakte zelfzorgafspraken (Doe-Het-Zelfies) 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 spreekt u Doe-Het-Zelfies af 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.

ivoren kruis

Voor een gezonde mond

Juni 2017

NVvK ondersteunt de preventiemethode Gewoon Gaaf

**) Kleursysteem o.b.v. advies Cariëspreventie Ivoren Kruis*

Stappenplan Gewoon Gaaf 0-4 jaar

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

Stap 0 **Intake en toelichting Gewoon Gaaf**

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

Bepaal met de ouder van uw patiënt wat van stappen 1 en 2 nodig is.

Stap 1 **Leg het cariësproces uit**

Stap 2 **Kijkje in de mond; plaquescore, cariës- en cariësrisicoscore**

- Oefening ouderzorg.
- Formuleer haalbare Doe-Het-Zelfies.

Risicocriteria met terugkominterval zijn in deze leeftijdscategorie:

a. Zijn ouder(s) betrokken (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 glazuur- of dentinecariës? Nee: 0 punten, ja: 1 punt.

Terugkominterval:

Punten	*Kleur/Risico patiënt*	*Actie*	*Volgend bezoek*
0		PMO	6-12 maanden
1	Zonder cariësactiviteit	Gewoon Gaaf+ Doe-Het-Zelfies	na 3 - 6 maanden
1 of 2	Met cariësactiviteit	Gewoon Gaaf+ Doe-Het-Zelfies	na 1 - 3 maanden

Bepaal wat u gaat evalueren bij het Gewoon Gaaf-vervolgbezoek.

Stap 3 **Gewoon Gaaf-vervolgbezoek: evalueer Doe-Het-Zelfies**

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 afgesproken Doe-Het-Zelfies *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

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

Stap 0 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.
- Vraag of u Gewoon Gaaf uit mag leggen.
- Bekijk de houding van de ouders.

  <u>Aandachtspunten:</u>
  - 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 met de ouder van uw patiënt wat van stappen 1 en 2 nodig is.

Stap 1 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 de motivatie om een gezonde mond te hebben/houden.
- Vind uit hoeveel ouders al weten en of je hen aanvullend iets mag vertellen over:
    - Cariës. Cariës (gaatjes) is een (lokale) ziekte, 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. Cariës is niet erfelijk, maar is te voorkomen is (je hebt er zelf invloed op).
    - Moeilijk bereikbare plaatsen. Denk aan de doorbrekende molaren waar plaque zich gemakkelijk en ongestoord kan ophopen.
    - Poetsen. Vraag of je ouders mag laten zien hoe je deze plaque het beste kunt wegpoetsen. Adviseer hen de 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 fluoridepeutertandpasta 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.

➞ Ga naar stap 2.

Stap 2 Kijkje in de mond; Plaquescore, cariës- en cariësrisicoscore

- Kijk of u plaque ziet (visueel). Kleur de plaque bij wie het kan.
- Vraag of u ouder en kind mag laten zien op welke vlakken van de gebitselementen plaque aanwezig is. Leg vast of er veel of weinig plaque zichtbaar is. Maak hiervoor eventueel gebruik van het poetsformulier in bijlage 4 om het de ouder van de patiënt zo duidelijk mogelijk aan te geven.
- Vraag of de ouder het gebit van het kind zo goed mogelijk wil reinigen en reinig het indien nodig of wenselijk zelf na.
- Voer een inspectie van de gebitselementen uit (cariës-assessment) en noteer uw bevindingen. Maak bijvoorbeeld gebruik van het cariësscoremodel 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.

- Vraag of ouder de eigen tandenborstel van het kind wil meenemen.
- Vraag ouders en kind in de praktijk voor te laten doen hoe ze poetsen. Bespreek wat ze goed doen en wat nog beter kan.
- Vraag of u ouders mag laten zien hoe je deze plaque het beste kunt wegpoetsen.
- Adviseer hen de 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.

Formuleer haalbare Doe-Het-Zelfies

Formuleer samen met de ouder haalbare Doe-Het-Zelfies. Schat in in hoeverre de ouder van de patiënt in staat is de Doe-Het-Zelfies ook daadwerkelijk uit te voeren. Afhankelijk van deze inschatting en de punten van de risicoschatting bepaalt u het terugkominterval.

- Formuleer samen met de ouder concrete Doe-Het-Zelfies voor poets- en voedingsgedrag.
- Formuleer samen met de ouder duidelijke en haalbare Doe-Het-Zelfies die de ouder van de patiënt thuis daadwerkelijk gaat uitvoeren:
    - Spreek samen af welke vlakken de ouder van de patiënt beter gaat poetsen.
    - Spreek samen af welke voedingsgewoonten in aanmerking komen voor aanpassing en spreek samen concrete alternatieven af.
    - Spreek samen tools af om verbeteringen te realiseren.
    - Spreek samen af op welke termijn de voorgenomen doelen ingaan.

Risicocriteria met terugkominterval zijn in deze leeftijdscategorie:

a. Zijn ouder(s) betrokken (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 glazuur- of dentinecariës? Nee: 0 punten, ja: 1 punt.

Terugkominterval:

Punten	*Kleur/Risico patiënt*	*Actie*	*Volgend bezoek*
0		PMO	6-12 maanden
1	Zonder cariësactiviteit	Gewoon Gaaf+ Doe-Het-Zelfies	na 3 - 6 maanden
1 of 2	Met cariësactiviteit	Gewoon Gaaf+ Doe-Het-Zelfies	na 1 - 3 maanden

Bepaal wat u gaat evalueren bij het Gewoon Gaaf-vervolgbezoek.

➞ **Ga naar stap 3**

Stap 3 Gewoon Gaaf-vervolgbezoek: evalueer Doe-Het-Zelfies

Evalueer in hoeverre de gemaakte Doe-Het-Zelfies *zijn nagekomen.*

- Evalueer de gemaakte Doe-Het-Zelfies met de ouders. Wat ging goed? Wat kan beter?
- 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-, drankinname en speengebruik.
    - Bespreek tips om gedrag te kunnen veranderen. Bijlage 3.

Stappenplan Gewoon Gaaf 4-12 jaar

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

Stap 0 **Intake en toelichting Gewoon Gaaf**

Stap 1 **Diagnostiek en indicatie; plaquescore, cariës- en cariësrisicoscore**

Bepaal met uw patiënt wat van stap 2 nodig is.

Stap 2 **(Be)handelingen door tandheelkundig team:**

- Kennisoverdracht.
- Professionele preventieve maatregelen.
- Oefening zelfzorg/ouderzorg.
- Formuleer haalbare Doe-Het-Zelfies.

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 glazuur- of 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 glazuur- of dentinecariës in de doorbrekende elementen? Nee: 0 punten, ja: 1 punt.

Terugkominterval:

Punten	*Kleur/Risico patiënt*	*Actie*	*Volgend bezoek*
0		PMO	Na 6-12 maanden
1 of 2	Zonder cariësactiviteit	Gewoon Gaaf+ Doe-Het-Zelfies	Na 4-6 maanden
1 tot 4	Met cariësactiviteit	Gewoon Gaaf + Doe-Het-Zelfies	Na 2-4 maanden

Bepaal wat u gaat evalueren bij het Gewoon Gaaf-vervolgbezoek.

Stap 3 **Gewoon Gaaf-vervolgbezoek: evalueer Doe-Het-Zelfies**

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 Doe-Het-Zelfies zelfstandig worden nagekomen. Bekijk hoeveel ondersteuning de (ouder van de) patiënt nodig heeft.

Stap 0 Intake en toelichting Gewoon Gaaf

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

- Kleur de tandplaque waar het kan.
- Vraag of u ouder(s) en kind mag laten 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 4 om het de (ouder van) de patiënt zo duidelijk mogelijk aan te geven.
- Vraag of de (ouder van) het kind het gebit zo goed mogelijk wil reinigen en vul dit indien nodig aan met professionele gebitsreiniging of voer professionele gebitsreiniging uit.
- Voer een inspectie van de gebitselementen uit (cariës-assessment) en noteer uw bevindingen. Maak bijvoorbeeld gebruik van het cariësscoremodel in bijlage 1.

Bepaal met uw patiënt wat van stap 2 nodig is.

➞ 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 ouders en het kind en vergelijk de gegevens met die van vorige PMO's.
- Bespreek het belang van een gezonde mond met de (ouder van de) patiënt.
- Bespreek de motivatie om een gezonde mond te hebben/houden.
- Vind uit hoeveel ouders al weten en of je hen aanvullend iets mag vertellen over:
    - Cariës. Cariës (gaatjes) is een (lokale) ziekte, die wordt veroorzaakt door bacteriën in de tandplaque die 2x per dag helemaal verwijderd moeten worden om gaatjes en tandvleesproblemen te voorkomen. Cariës is niet erfelijk, maar is te voorkomen is (je hebt er zelf invloed op).
    - Moeilijk bereikbare plaatsen. Denk aan de doorbrekende molaren waar plaque zich gemakkelijk en ongestoord kan ophopen.
    - Poetsen. Vraag of je (ouders van) de patiënt mag laten zien hoe je deze plaque het beste kunt wegpoetsen. Adviseer 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.

- Vraag of (de ouder van) het kind de eigen tandenborstel mee wil nemen.
- Vraag de (ouder van de) patiënt in de praktijk voor doen hoe hij poetst. Bespreek wat hij/zij goed doet en wat nog beter kan.
- Vraag of je ouders en kinderen mag laten zien hoe je deze plaque het beste kunt wegpoetsen.
- Adviseer hen de 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

Formuleer haalbare Doe-Het-Zelfies

Formuleer samen met (de ouder van) de patiënt haalbare Doe-Het-Zelfies. Schat in in hoeverre (de ouder van) de patiënt in staat is de Doe-Het-Zelfies ook daadwerkelijk uit te voeren. Afhankelijk van deze inschatting en de punten van de risicoschatting bepaalt u het terugkominterval.

- Formuleer samen met (de ouder van) de patiënt concrete Doe-Het-Zelfies voor poets- en voedingsgedrag.
- Formuleer samen met (de ouder van) de patiënt duidelijke en haalbare Doe-Het-Zelfies die (de ouder van) de patiënt thuis daadwerkelijk gaat uitvoeren:
    - Spreek samen af welke vlakken (de ouder van) de patiënt beter gaat poetsen.
    - Spreek samen af welke voedingsgewoonten in aanmerking komen voor aanpassing en spreek samen concrete alternatieven af.
    - Spreek samen tools af om verbeteringen te realiseren.
    - Spreek samen 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 glazuur- of 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 glazuur- of dentinecariës in de doorbrekende elementen? Nee: 0 punten, ja: 1 punt.

Terugkominterval:

Punten	*Kleur/Risico patiënt*	*Actie*	*Volgend bezoek*
0		PMO	Na 6-12 maanden
1 of 2	Zonder cariësactiviteit	Gewoon Gaaf+ Doe-Het-Zelfies	Na 4-6 maanden
1 tot 4	Met cariësactiviteit	Gewoon Gaaf + Doe-Het-Zelfies	Na 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 fissuurcariës.
  - een of meer elementen met fluoride worden geappliceerd? 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 wat u gaat evalueren bij het Gewoon Gaaf-vervolgbezoek.

➞ **Ga naar stap 3**

Stap 3 Gewoon Gaaf-vervolgbezoek: evalueer Doe-Het-Zelfies

Evalueer in hoeverre de gemaakte Doe-Het-Zelfies *zijn nagekomen.*

- Evalueer de gemaakte Doe-Het-Zelfies met het kind en de ouder. Wat ging goed? Wat kan beter?
- 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 3.

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 0 **Intake en toelichting Gewoon Gaaf**

Stap 1 **Diagnostiek en indicatie; plaquescore, cariës- en cariësrisicoscore**

Bepaal met uw patiënt wat van stap 2 nodig is.

Stap 2 **(Be)handelingen door tandheelkundig team:**

- Kennisoverdracht.
- Professionele preventieve maatregelen.
- Oefening zelfzorg.
- Formuleer haalbare Doe-Het-Zelfies.

Risicocriteria met terugkominterval zijn in deze leeftijdscategorie:

a. Is de patiënt gemotiveerd en betrokken (afgemeten aan het volgen van het Basisadvies en de mondhygiëne). Schone mond/volgt Basisadvies: 0 punten, niet schone mond/volgt Basisadvies niet: 1 punt.
b. Is er sprake van actieve glazuur- of 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 glazuur- of dentinecariës in de doorbrekende elementen? Nee: 0 punten, ja: 1 punt.

Terugkominterval:

Punten	*Kleur/Risico patiënt*	*Actie*	*Volgend bezoek*
0		PMO	Na 6 - 12 maanden
1 of 2	*Zonder cariësactiviteit*	Gewoon Gaaf+ Doe-Het-Zelfies	Na 3 - 6 maanden
1 tot 3	*Met cariësactiviteit*	Gewoon Gaaf + Doe-Het-Zelfies	Na 1 - 4 maanden

Bepaal wat u gaat evalueren bij het Gewoon Gaaf-vervolgbezoek.

Stap 3 **Gewoon Gaaf-vervolgbezoek: evalueer Doe-Het-Zelfies.**

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 0 Intake en toelichting Gewoon Gaaf

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

- Kleur de tandplaque.
- Vraag of u de patiënt mag laten 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 4 om het de patiënt zo duidelijk mogelijk aan te geven.
- Vraag de patiënt het gebit te reinigen en vul dit indien nodig aan met professionele gebitsreiniging of voer professionele gebitsreiniging uit.
- Voer een inspectie van de gebitselementen uit (cariës-assessment) en noteer uw bevindingen. Maak bijvoorbeeld gebruik van het cariësscoremodel in bijlage 1.

Bepaal met 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 patiënt

- Bespreek de resultaten van stap 1 met de patiënt en vergelijk de gegevens met die van vorige PMO's.
- Bespreek het belang van een gezonde mond met de patiënt.
- Bespreek de motivatie om een gezonde mond te hebben/houden.
- Vind uit hoeveel de patiënt al weet en of je aanvullend iets mag vertellen over:
    - Cariës. Cariës (gaatjes) is een (lokale) ziekte, die wordt veroorzaakt door bacteriën in de tandplaque die 2x per dag helemaal verwijderd moeten worden om gaatjes en tandvleesproblemen te voorkomen. Cariës is niet erfelijk, maar is te voorkomen is (je hebt er zelf invloed op).
    - Moeilijk bereikbare plaatsen. Denk aan de doorbrekende molaren waar plaque zich gemakkelijk en ongestoord kan ophopen.
    - Poetsen. Vraag of je de patiënt mag laten zien hoe je deze plaque het beste kunt wegpoetsen. Adviseer 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 patiënt nodig heeft.

- Vraag of de patiënt de eigen tandenborstel wil meenemen.
- Vraag de patiënt in de praktijk voor te doen hoe hij/zij poetst. Bespreek wat hij/zij goed doet en wat nóg beter kan.
- Vraag of je de patiënt mag laten 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. Vraag de patiënt eventueel een voedingsdagboek in te vullen.
- Bespreek poets- en voedingstips om gedrag te kunnen veranderen. Bijlage 2

Formuleer haalbare Doe-Het-Zelfies

Formuleer samen met de patiënt haalbare Doe-Het-Zelfies. Schat in in hoeverre de patiënt in staat is de Doe-Het-Zelfies ook daadwerkelijk uit te voeren. Afhankelijk van deze inschatting en de punten van de risicoschatting bepaalt u het terugkominterval.

- Formuleer samen met de patiënt concrete Doe-Het-Zelfies voor poets- en voedingsgedrag.
- Formuleer duidelijke en haalbare Doe-Het-Zelfies die de patiënt thuis daadwerkelijk gaat uitvoeren:
    - Spreek samen af welke vlakken de patiënt beter gaat poetsen.
    - Spreek samen af welke voedingsgewoonten in aanmerking komen voor aanpassing en spreek samen concrete alternatieven af.
    - Spreek samen tools af om verbeteringen te realiseren.
    - Spreek samen af op welke termijn de voorgenomen doelen ingaan.

Risicocriteria met terugkominterval zijn in deze leeftijdscategorie:

a. Is de patiënt gemotiveerd en betrokken (afgemeten aan het volgen van het Basisadvies en de mondhygiëne en). Schone mond/volgt Basisadvies: 0 punten, niet schone mond/volgt Basisadvies niet: 1 punt.
c. Is er sprake van actieve glazuur- of 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 glazuur- of dentinecariës in de doorbrekende elementen? Nee: 0 punten, ja: 1 punt.

Terugkominterval:

Punten	*Kleur/Risico patiënt*	*Actie*	*Volgend bezoek*
0		PMO	Na 6 - 12 maanden
1 of 2	*Zonder cariësactiviteit*	Gewoon Gaaf+ Doe-Het-Zelfies	Na 3 - 6 maanden
1 tot 3	*Met cariësactiviteit*	Gewoon Gaaf + Doe-Het-Zelfies	Na 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:
  - een of meer elementen worden geseald? Zie Ivoren Kruisadvies Preventie fissuurcariës.
  - een of meer elementen met fluoride worden geappliceerd? 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 wat u gaat evalueren bij het Gewoon Gaaf-vervolgbezoek.

➞ Ga naar stap 3

Stap 3 Gewoon Gaaf-vervolgbezoek: evalueer Doe-Het-Zelfies

Evalueer in hoeverre de gemaakte Doe-Het-Zelfies zijn nagekomen.

- Evalueer de gemaakte Doe-Het-Zelfies met de patiënt. Wat ging goed? Wat kan beter?
- 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- en drankinname.
    - Bespreek tips om gedrag te kunnen veranderen. Bijlage 3.

Bijlage 1 Cariësscoremodel

Visuele en tactiele criteria bij de diagnose van cariëslaesies in glazuur en dentine.
(bewerkt naar Nyvad et. al, 1999 Van Palenstein Helderman e.a.: *'Gewoon Gaaf', maart 2015)*

Professionele gebitsreiniging gaat vooraf aan de cariësdiagnostiek. 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 vervolgopname kan progressie, stilstand of regressie van het cariësproces worden vastgesteld.	
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).
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.	

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.
- plaqueverklikkers te gebruiken.

Aanvullende (voedings)tips voor ouders met kleine kinderen. Adviseer ouders

- 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.
- geen appelsap/diksap/siroop o.i.d. toe te voegen aan water.
- 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.
- het zuigflesgebruik te beperken en af te bouwen zodra een kind uit een beker kan drinken.
- hun kinderen zo vroeg mogelijk uit een beker te laten drinken (va 9 mnd).
- zo vroeg mogelijk te stoppen met het geven van een speen als het kind nog aan de speen is. Bespreek het duim/speengedrag.

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.
- tandenpoetsen 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.

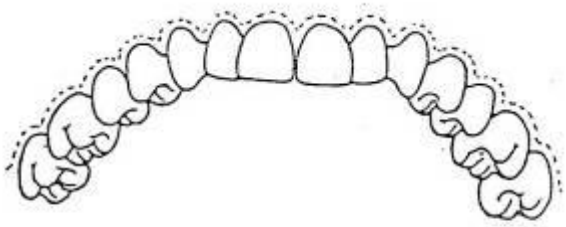
Nuttige patiëntenfolders van het Ivoren Kruis

- Individuele preventie voor een gaaf gebit
- Eerste tandje? Poetsen!
- Tandenpoetsen met kinderen
- Het melkgebit
- Eten en drinken en een gezond gebit
- Wisselen: van melkgebit naar blijvend gebit

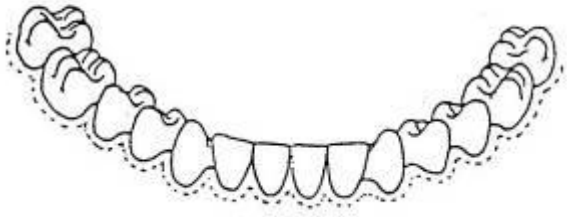
Bijlage 3 Poetsformulier

Voor _____

Datum _____



Rechts Links



Aandachtspunten

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

Neem bij iedere afspraak je eigen tandenborstel mee!