

## De headgear (buitenboordbeugel)

Een headgear wordt ook wel buitenboordbeugel genoemd. De bedoeling van een headgear is dat je bovenkaak en kiezen in de juiste stand komen. Wat bij jou precies de bedoeling is legt de orthodontist je uit.

Een headgear wordt meestal samen met een andere beugel gebruikt. Je draagt de headgear een deel van de dag. Kijk [hier](#) naar een filmpje over de headgear.

### Headgear

Een headgear bestaat uit een facebow en een hoofdkapje of een nekband. De facebow is de metalen beugel die in je mond past, de nekband of hoofdkap trekt daaraan, waardoor de stand van je gebit verandert.

Een headgear kan op twee verschillende manieren werken:

- Als de kracht naar achteren en naar boven is gericht en wordt een hoofdkapje gebruikt.
- Als de kracht naar achteren en naar beneden is gericht en wordt een nekband gebruikt.

### Plaatsen van de beugel

Aan elke kant van de bovenkaak wordt een bandje om de eerste grote blijvende kies geplaatst. Daarvoor is een beetje ruimte rond de kies nodig. Daarom krijg je een week ervoor separatie elastiekjes. Aan ieder bandje zit een buisje. De binnenbenen van de beugel steken door de buisjes. De buitenbenen steken uit je mond en worden aan het kapje of de nekband vastgemaakt. Je leert ook hoe je dat zelf moet doen.

### Wennen

In het begin zal je voelen dat er kracht op je kiezen wordt uitgeoefend. De kiezen zullen hierdoor de eerste dagen gevoelig zijn. Ze gaan ook een klein beetje losser staan. Zodra er beweging in de kiezen komt is de pijn verdwenen; de kiezen bieden geen weerstand meer. Als je de beugel veel draagt is dat meestal al na twee of drie dagen.

### Wanneer dragen

Hoeveel uur per dag je de beugel moet dragen heeft de orthodontist je verteld. Dit hangt af van de afwijking in de stand van je kiezen. Bijvoorbeeld:

- Na schooltijd en 's nachts – Als je 's middags uit school komt doe je de beugel direct in, en je houdt hem 's avonds en 's nachts in. Je draagt de beugel ongeveer 15 tot 16 uur per dag.
- 's Avonds en 's nachts – Direct na het avondeten doe je de beugel in, en je houdt hem 's nachts in. Je draagt de beugel dan ongeveer 12 uur per dag.
- Alleen 's nachts – Je doet de beugel in als je naar bed gaat.
- Zoveel mogelijk, behalve bij eten, tandenpoetsen en sporten.

## Vaste tijden

Doe de beugel iedere dag op hetzelfde moment in en op hetzelfde moment uit. Doe hem niet de ene dag wel in en de volgende dag niet. De beugel werkt dan niet goed en je kiezen kunnen pijn gaan doen.

## Onderhoud

Tijdens het eten en het tandenpoetsen doe je de headgear even uit. Poets de banden om je kiezen goed mee. Bewaar je beugel als je hem niet draagt op een veilige plaats, waar hij niet kapot kan gaan.

## Veiligheid

Draag de headgear nooit tijdens sporten, fietsen, of in andere situaties waarbij er geduwd, getrokken of gestoten kan worden.

## Losse bandjes

Het in en uitdoen van de beugel moet voorzichtig gebeuren. Als je hard trekt of wrikt kunnen de bandjes om je kiezen los gaan zitten. Dat heeft twee vervelende gevolgen:

- de beugel werkt niet goed meer en daardoor duurt de behandeling langer
- er blijft eten tussen de bandjes en de kiezen zitten en daarvan kan je gaatjes krijgen.

Als de bandjes toch los zijn gaan zitten, bel of mail dan (zie hieronder). Dan maken we een afspraak om ze weer vast te zetten. Bel ook als je binnenkort een controle hebt, want we moeten er extra tijd voor plannen.

## Duur van de behandeling

Hoe lang iemand de headgear moet dragen hangt af van wat de bedoeling van deze beugel is. Sommigen dragen de headgear de hele behandeling (bijvoorbeeld twee of drie jaar), anderen maar een jaar.

## Controles

Je komt eens in de zes tot acht weken voor controle. Dat hangt een beetje af van je andere beugel(s). Neem de headgear altijd mee naar een controle afspraak!

Als je niet op een afspraak kunt komen willen we dat graag weten! Ook als je op het laatste moment niet kan. Dan kan er iemand anders in jouw plaats komen. Bel met de polikliniek: (050) 361 00 50. Of stuur een e-mail: [orthodontie@umcg.nl](mailto:orthodontie@umcg.nl). Als je korter dan 24 uur van te voren afzegt, krijg je wel een rekening voor de tijd die er voor je gereserveerd is.

## SMS service

Wij kunnen je met een SMS herinneren aan je afspraak. Wil je dat? Geef dan het nummer van je mobiel door bij de balie. Je krijgt dan de avond voor je afspraak een SMS. De service is gratis.

## Meer informatie

Als je vragen hebt over je behandeling kan je die tijdens je afspraak stellen aan de orthodontist.

Je kan ook:

- kijken op [www.orthodontie.umcg.nl](http://www.orthodontie.umcg.nl).
- bellen met de polikliniek: (050) 361 00 50, bereikbaar van 8.30 tot 12.30 uur en van 13.15 tot 16.30 uur (maandag t/m vrijdag).
- een e-mail sturen naar [orthodontie@umcg.nl](mailto:orthodontie@umcg.nl). Denk er dan aan om je geboortedatum in de mail te zetten.

B066-1502