

# HEADGEAR (BUITENBOORD- BEUGEL)

ortho  
Spijkenisse



## Wat is een Headgear?

De headgear (buitenboordbeugel) is een uitneembare beugel en deze bestaat uit:

- Twee ringen om de grote kiezen in de bovenkaak
- Een facebow (de metalen beugel)
- Een nekband of een hoofdkapje

Met de headgear wordt kracht uitgeoefend op de bovenkaak. Deze kracht heeft invloed op de groei van de bovenkaak en de kiezen waaraan de headgear is bevestigd. De richting van de kracht hangt af van de beoogde werking en van de manier waarop het aangezicht groeit. Soms is de kracht naar achteren en naar boven gericht en wordt een hoofdkapje (headcap) gebruikt. In andere gevallen is de kracht naar achteren en naar beneden gericht en wordt een nekband gebruikt. Via een metalen beugel met twee binnenbenen en twee buitenbenen (de facebow) wordt de kracht van de buitenboordbeugel overgebracht op het gebit.

## Let op!

- Draag de headgear volgens een vast patroon; probeer niet de ene dag wel en de andere dag niet te dragen, anders kun je last krijgen van je kiezen.

**Zet de buitenbeugel nooit zelf strakker; laat dit aan ons over.**



## Wanneer draag je de headgear?

Dit hangt af van de afspraken die de orthodontist met je maakt:

- **Dag en nacht:** 19 tot 21 uur per dag (op school, 's middags, 's avonds en 's nachts)
- **Thuis:** 15 tot 16 uur per dag (zodra je uit school komt, 's middags, 's avonds en 's nachts).
- **'s Avonds en 's nachts:** 12 uur per dag (doe de beugel na het avond eten in tot de volgende ochtend).
- **'s Nachts:** 8 tot 10 uur per dag (doe de beugel in als je gaat slapen tot de volgende ochtend).

**Doe de beugel uit als je gaat eten, drinken, sporten of buitenspelen!**

**Zorg ervoor dat je je aan het afgesproken schema houdt voor het beste resultaat.**



## Veiligheid

Het is niet veilig om met de headgear te sporten of te stoeien, dit betekent een risico voor je ogen en je gebit, ook kun je er een ander mee bezeren. Doe de beugel uit als je gaat sporten of spelen.

### Wat mag je niet eten!

Eet geen harde en kleverige dingen. Je bandje kan dan los gaan zitten of verbuigen. Als je bandje los zit bel dan altijd naar de praktijk,

## Irritatie



Maak na het douchen je haar en je nek goed droog voordat je de nekband of het hoofdkapje omdoet, anders kan er huid irritatie ontstaan (dit kan ook door transpiratie gebeuren).



## Uitdoen

Maak altijd eerst de nekband of het hoofdkapje los van de facebow voordat je de buitenboordbeugel uitdoet. Wees voorzichtig bij het in- en uitdoen van de beugel; hard trekken kan leiden tot losse banden. Als je merkt dat er problemen ontstaan, neem dan contact op met de praktijk voor een aparte afspraak.

## Wennen en gevoeligheid

Het kan even wennen zijn om met de buitenboordbeugel te slapen. In het begin kun je druk op je kiezen voelen, hierdoor kunnen de kiezen de eerste paar dagen gevoelig zijn. Dit is normaal en hoort bij het proces. Zodra de kiezen beginnen te bewegen (dus wanneer je de headgear consequent draagt), zullen de kiezen een beetje los gaan staan en zal de pijn verminderen. Dit is een teken dat de beugel goed werkt.

De pijn is vergelijkbaar met "spierpijn" in je kiezen. Het is geen ernstige pijn, maar kan soms wel ongemakkelijk zijn. Als je last hebt van je kiezen, is het belangrijk om de buitenboordbeugel juist meer te dragen. Hoe minder je de beugel draagt, hoe meer ongemak je zult ervaren. Zorg ervoor dat je de beugel volgens schema draagt voor het beste en snelste resultaat.

## Los bandje



Omdat de krachten op de bandjes behoorlijk groot kunnen zijn, kan het voorkomen dat een bandje losraakt. Bel in dat geval de praktijk maak een aparte afspraak om het probleem te verhelpen. Wacht nooit tot de controle afspraak er is dan meestal geen tijd om de beugel te repareren