

# Gebit

## Met je mond vol tanden en kiezen

Vlak na je geboorte staat er nog geen tand in je mond. De eerste lachjes van een baby tonen een tandenloos bekkie.

Al gauw komt daar verandering in. De eerste tandjes die doorkomen, zijn meestal de twee ondertandjes in het midden. Daarna de twee boventanden in het midden. Vervolgens sluiten links en rechts tanden en kiezen zich erbij aan in de rij. Bij elkaar acht snijtanden, vier hoektanden, acht kiezen, dus twintig stuks.



## Het melkgebit

Het gebit dat groeit na je geboorte, noemen we je melkgebit. Dat gebit is nodig om van moedermelk over te kunnen stappen op vast voedsel. Daarvoor moet je af kunnen happen en kunnen kauwen.



Als kind heb je 20 tanden en kiezen. De eerste tandjes die doorkomen zijn meestal de middelste 2 snijtanden onderin je mond. Daarna volgen de middelste 2 snijtanden bovenin je mond. Als laatste komen de achterste kiesjes onder en boven.

Het doorkomen van de tandjes bij baby's kan flink zeer doen. Ze zijn er meestal wel een poosje hangerig en huilerig door. Vaak krijgen ze rode wangen en gaan meer kwijlen. Soms krijgen ze een beetje koorts, omdat het tandvles wat ontstoken raakt.

## Wisselen

En als je dan net goed en wel geleerd hebt hoe je ze moet gebruiken... vallen ze weer uit je mond! Je gaat wisselen. Je kunt namelijk niet je hele leven met je melkgebit doen, want dan zou je een heel ingevallen mondje krijgen. Je mond en kaak groeien na je geboorte best nog een stuk door. Je melkgebit is te klein om je tandvles en kaak op te vullen. Daarom wissel je.

Sommige kleuters zijn al flink aan het wisselen, als ze op school komen, terwijl andere kinderen pas beginnen als ze 7 à 8 jaar oud zijn. Wisselen is minder vervelend dan het doorkomen van je eerste tandjes. Zo'n beetje wiebelen en

friemelen met losse tanden en kiezen is zelfs wel grappig. Als je tanden er uiteindelijk uitvallen, doet het bijna geen pijn. En het doorkomen en uitgroeien van de blijvende tand of kies al helemaal niet. Alleen eten met zo'n gat in je mond is wel wat lastig en sommige kinderen gaan ook lekker 'ssslisssen' als ze zo'n mooi fietsenrekje hebben. Vaak zie je de blijvende tand of kies al zitten, als het melktandje eruit is.

Melktanden hebben geen diepe wortels. Bovendien lossen de wortels op als je gaat wisselen. Daarom vallen ze er zo gemakkelijk uit. Natuurlijk zaten ze al die tijd wel aan de nodige zenuwen en bloedvaten vast.

### Het blijvende gebit

De snijtanden van het blijvende gebit zijn meestal groter, dan die van je melkgebit. Maar je krijgt er niet méér. Na het wisselen heb je nog steeds acht snijtanden, vier boven en vier beneden. Ook je hoektanden nemen niet toe in aantal. Na het wisselen zijn dat er ook nog steeds vier, twee boven en twee onder.

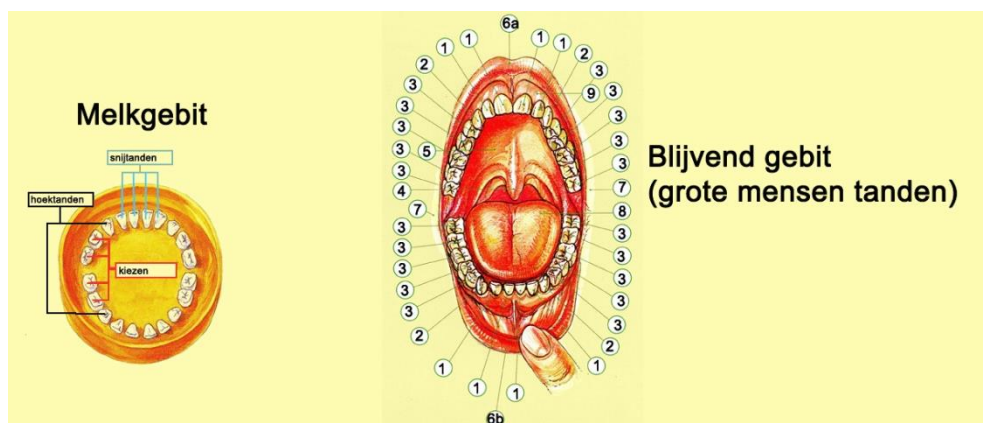


Wat er wel méér worden zijn je kiezen. In je melkgebit had je er acht. In je blijvende gebit groeien er in ieder geval 16 en misschien zelfs wel 20! Die laatste vier zijn de verstandskiezen. Niet iedereen krijgt deze.

Verstandskiezen hebben overigens niets te maken met hoe slim je bent (hoeveel verstand je hebt). Je moet het lezen als vér-stands-kiezen. Ze staan vér achterin je mond

### De onderdelen van je mond

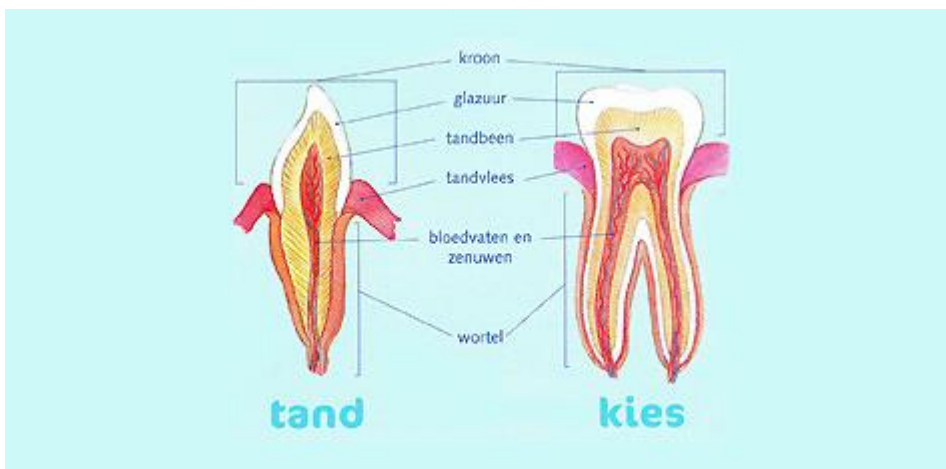
1. Snijtanden
2. Hoektanden
3. Kiezen
4. Huig
5. Gehemelte
6. a. Bovenlip  
b. Onderlip
7. Wangen
8. Tongen
9. Tandvlees



## De opbouw van tanden en kiezen

Tanden en kiezen groeien uit je onder- en bovenkaak. De wortels van je tanden en kiezen liggen in je kaak vast. De kronen van je gebit kun je zien. Die steken uit boven het tandvlees dat je kaken bedekt.

Tanden en kiezen zijn opgebouwd uit laagjes. De buitenlaag, het glazuur, is keihard. Dat beschermt je gebit tegen schadelijke bacteriën en agressieve zuren. Het tandbeen dat zachter is, ligt daaronder. Helemaal in het midden van je tanden en kiezen lopen bloedvaten en zenuwen.



## Gebitsverzorging

Om je gebit gezond te houden, moet je het goed verzorgen. Dat houdt in: dagelijks tweemaal tanden poetsen en flossen of tandenstokers gebruiken. Tijdens het poetsen, poets je niet alleen je tanden en kiezen, maar juist ook je tandvlees. Tandvlees beschermt namelijk je tandwortels en als je tandvlees ontstoken raakt, trekt het zich vaak terug. Daardoor komen de tandwortels bloot te liggen, wat ze een makkelijk doelwit maakt voor bacteriën, die tandbederf veroorzaken.

## Cariës en tandplaque

De veroorzaker van tandbederf ofwel cariës is tandplaque, een mengsel van voedseldeeltjes, speeksel en bacteriën. Deze bacteriën zetten zoetstoffen uit je voedsel om in een zuur, dat je glazuur aantast. Ook zure producten zoals vruchtensappen veroorzaken cariës.

Je merkt dat je last hebt van cariës als je gaatjes krijgt.

### Gaatjes

Als je glazuur is aangetast, kunnen de bacteriën ook makkelijk bij je tandbeen. Tandbeen is zachter dan glazuur en van zichzelf al kwetsbaarder voor bederf. Als je glazuur dus stuk is, is de beschermlaag van je tandbeen weg en krijg je snel gaatjes.

Als een gaatje eenmaal doorgedrongen is tot de zenuwen gaat het pijn doen. Je krijgt kiespijn. Dat is dus ook het probleem bij het uitboren van gaatjes. De boor raakt af en toe de zenuw in het midden van je tand of kies en dat voel je!

### Tandarts

Pijn in je mond is natuurlijk niet fijn, daarom is het echt verstandig om regelmatig de tandarts te bezoeken. Die kan namelijk al voordat iets een gaatje geworden is, ingrijpen of in ieder geval een gaatje vast vullen, voordat 'ie zo diep is geworden dat de zenuwen al bloot liggen. Dan heb je minder last van de behandeling én voorkom je kiespijn!

