

A | B | C | D | E | F | G | H | I | J | K | L | M | N | O | P | Q | R | S | T | U | V | W | X | Y | Z

Instructie mondhygiëne - Hoe moet ik ragers gebruiken?

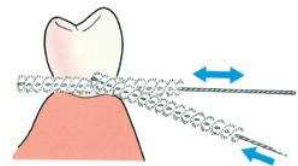
1. Maak de rager eerst nat onder de kraan en doe er geen tandpasta op. Pak de rager tussen duim en wijsvinger vast en duw deze vanaf de buitenkant tussen tanden en kiezen. Met de andere vingers steunt u tegen de aangrenzende tanden of kiezen. Voorkom doorschieten.



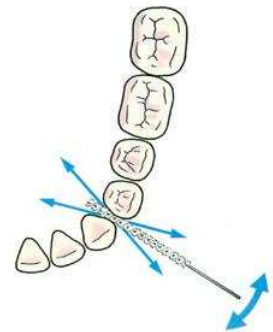
2. Een rager moet tijdens het gebruik enige weerstand ondervinden, maar de metalen kern (draad) mag de tanden of kiezen en het tandvlees niet raken. Sluit uw mond iets als u de rager achter in uw mond gebruikt. Hierdoor vermindert de spanning van uw wangen. Voor de tussenruimten achter in de mond kunt u de rager een beetje ombuigen.



3. Voorkom prikken in uw tandvlees. Prikt u toch in uw tandvlees? Zet de rager dan iets schuiner in. Bij de bovenkaak schuiner van boven, bij de onderkaak schuiner van onderen.



4. Beweeg de rager een paar keer heen en weer. U kunt daarbij soms het raakvlak met de tand vergroten door van richting te veranderen (X- figuur).



5. Als u merkt dat de rager bij gebruik nauwelijks nog weerstand ondervindt, kunt u beter een maatje groter proberen. Vaak is het nodig diverse maten naast elkaar te gebruiken.

Tip: bij grote tussenruimten kan het handig zijn om twee ragers tegelijk in te brengen.

6. Reinig alle tussenruimten waarin een rager past. Ragers kunnen verschillende keren worden gebruikt. Spoel ze daarom na afloop goed af en laat ze drogen.



Let op: Overdreven of verkeerd gebruik van hulpmiddelen bij de mondhygiëne kan schade veroorzaken aan de tanden en het tandvlees.

[meer weten over : Ragers](#)

[<< terug](#)

