

Floss-draad/tape

In 1882 kwam tandzijde op de markt. In Amerika wordt nu per jaar circa 5 miljoen kilometer flossdraad verkocht.

Naast goed, vaker en langer poetsen is ook het flossen een onderdeel van mondverzorging geworden. Het voordeel is dat u het makkelijk bij u draagt en er veel momenten zijn waarop u 'even tussendoor' of op vaste tijdstippen aan de slag kunt. Overigens is flossdraad verkrijgbaar in verschillende soorten en dikten, met of zonder een laagje was. Als de ruimte tussen de tanden en kiezen dit toelaat, helpt een iets dikker flosstape beter dan de dunnere flossdraad.

Instructie

- ◆ Neem een stukje flossdraad van ongeveer 40 cm. Wikkel de uiteinden losjes om de middelvingers. Laat 10 cm draad tussen beide middelvingers over. Pak vervolgens de draad tussen duim en wijsvinger vast en houd een stukje van 3 cm tussen beide duimen over.
- ◆ Breng de strak gespannen flossdraad voorzichtig met een zagende beweging in de ruimte tussen de tanden en kiezen. Bij heel kleine ruimtes gaat de flossdraad er soms moeilijk tussen. Voorkom doorschieten in het tandvlees.
- ◆ Span de flossdraad rond een tand of kies en breng de draad met een zagende beweging voorzichtig tot iets onder het tandvlees.
- ◆ Breng de flossdraad met een zagende beweging terug tot het contactpunt en herhaal de vorige handeling bij de tand of kies ernaast in dezelfde tussenruimte.
- ◆ Haal de flossdraad met een zagende beweging tussen de tanden vandaan. Herhaal deze procedures voor elke tussenruimte in uw gebit.
- ◆ Gebruik voor iedere afzonderlijke tussenruimte een schoon stukje flossdraad door het van de ene middelvinger af te wikkelen en weer om de andere middelvinger op te winden.

Het is overigens niet erg als in het begin het tandvlees een beetje gaat bloeden. Dat verdwijnt na enige herhalingen. Volhouden alstublieft!

