

# Voor het eerst naar de tandarts of mondhygiënist!

## 4 tips voor ouders en begeleiders.

### 1. Vroeg beginnen

Laat je kindje tijdig wennen aan de tandarts of mondhygiënist.  
Ga met je peuter op preventieve controle vóór de 2de verjaardag, daarna 2 keer per jaar.

### 2. Leg uit

Leg op een leuke manier uit wat er gaat gebeuren (met een tekening, filmpje of verhaal).

**Let op je woordkeuze en maak geen valse beloftes!**

Breng 'pijn' en 'angst' niet onnodig in verband met de tandarts en mondhygiënist.

Maak geen beloftes over wat wel of niet zal gebeuren of bespreek dit op voorhand met je tandarts of mondhygiënist. (vb. Het zal vast geen pijn doen.)

### 3. Zorg voor een goed voorbeeld

Een positieve eerste ervaring is belangrijk. Neem je kindje mee wanneer je zelf op preventieve controle gaat, en laat hem eens in de stoel zitten.

#### Let op!

Ben je zelf bang?  
Ga dan op zoek naar een andere begeleider.



### 4. Beloning

Beloon je kind na afloop met een complimentje of geschenkje. (vb. sticker).

Wist je dat? Tot 18 jaar wordt de basismondzorg volledig terugbetaald door je ziekenfonds wanneer de tandarts geconventioneerd is. Vraag dit na bij je tandarts. Tip: Ook een niet-geconventioneerde tandarts kan aan conventietarief werken.

# Naar de tandarts of mondhygiënist!



Ontdek hier de  
basisadviezen voor  
een gezonde mond

Meer informatie?  
[www.gezondemondbel.be](http://www.gezondemondbel.be)