

# Een tandenborstelhouder of sticker als middel om tandenpoetsen onder kinderen te verbeteren. Werkt dat?

Mei 2017

Gusta Wachter, Merlin Jurg



Hoe vaak poetsen kinderen en ouders hun tanden? En helpt een sticker of tandenborstelhouder ze eraan herinneren om tanden te poetsen? Om hierachter te komen heeft de GGD Amsterdam een verkennend onderzoek uitgevoerd onder ouders van 4- 8 jarigen in Amsterdam. Hoewel er geen harde conclusies getrokken kunnen worden uit dit verkennende onderzoek, lijkt een tandenborstelhouder of sticker te kunnen helpen bij het verbeteren van het poetsgedrag van kinderen.

## Hoe vaak poetsen kinderen in Amsterdam hun tanden?

Twee keer per dag je tandenpoetsen is belangrijk om de mond gezond te houden. Dit is dan ook het advies van het Ivoren Kruis. Uit dit verkennende onderzoek blijkt dat 40% van de kinderen dit niet redt. Van deze 40% slaat 18% het 1 of 2x per week over. De overige 22% slaat het tandenpoetsen 3 keer of vaker per week over. In de ochtend wordt het tandenpoetsen vaker over geslagen dan 's avonds (zie figuur 1).

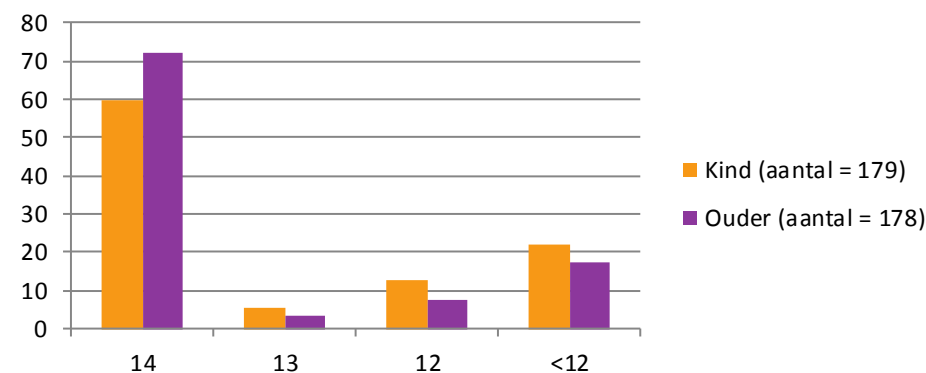


## Hoe vaak poetsen ouders de tanden?

Ook aan ouders is gevraagd hoe vaak zij hun tandenpoetsen. Ouders blijken iets vaker 2 keer per dag hun tanden te poetsen dan kinderen. Ongeveer 72% van de ouders poetst 2 x per dag zijn of haar tanden. 11% lukt het bijna om twee keer per dag de tanden te poetsen (12-13 keer per week). Bij 17% schiet het er geregeld bij in (zie figuur 1).



Figuur 1 Percentage ouders en kinderen dat 14x, 13x, 12x, of minder dan 12x per week poetst.



## Sticker of tandenborstelhouder als cue to action

Een cue to action is een voorwerp (b.v. tandenborstelhouder) of prikkel (b.v. geluid) waaraan een bepaald gedrag wordt gekoppeld. Bij het zien van het voorwerp, word je eraan herinnerd om het gedrag uit te voeren. Het aanleren van de link gaat veelal bewust, maar de uitvoering onbewust. In ons onderzoek kregen kinderen een tandenborstelhouder of een sticker mee naar huis en leerden daarbij: 'als ik 's ochtends en 's avonds deze tandenborstelhouder/sticker zie, pak ik mijn tandenborstel om mijn tanden te poetsen.' Ook was er een controle groep. Kinderen in de controle groep kregen geen cue to action mee naar huis.



## Werkt een cue to action?

Om hierachter te komen hebben we op twee momenten gekeken hoe vaak kinderen hun tandenpoetsen. Vervolgens hebben we gekeken welke kinderen vaker zijn gaan tandenpoetsen (zie figuur hiernaast).

Hieruit blijkt dat kinderen die een cue to action mee naar huis kregen (een sticker of tandenborstelhouder) vaker tanden zijn gaan poetsen dan kinderen die geen cue to action hebben gekregen (controle groep). We hebben geen verschil gevonden tussen kinderen die een sticker of tandenborstelhouder mee naar huis hebben gekregen.

Omdat het een klein en verkennend onderzoek is kunnen we geen harde conclusies trekken. Maar een sticker of tandenborstelhouder lijkt te kunnen helpen bij het verbeteren van het poetsgedrag van kinderen. De tandenborstelhouder werd het vaakst op de juiste plek opgehangen. Daarnaast past de tandenborstelhouder goed in het tandenpoets ritueel. Een tandenborstelhouder als cue to action lijkt daarom beter geschikt dan de sticker.

## Waar bestond het onderzoek uit?

19 scholen die gebruik maken van het mondgezondheidsprogramma Trammelant in Tandenland hebben mee gedaan aan het onderzoek. Tussen oktober en december 2016 zijn de ouders van de kinderen uit groep 1 t/m 4 gevraagd om twee keer online een vragenlijst in te vullen. 201 ouders hebben de eerste vragenlijst ingevuld. 122 ouders hebben zowel de eerste als de tweede vragenlijst ingevuld. Na het verwijderen van onbruikbare gegevens bleven er 81 personen over.

Ook de leerkrachten hebben een vragenlijst ontvangen in december. In totaal hebben 30 leerkrachten van 16 verschillende scholen een vragenlijst ingevuld.

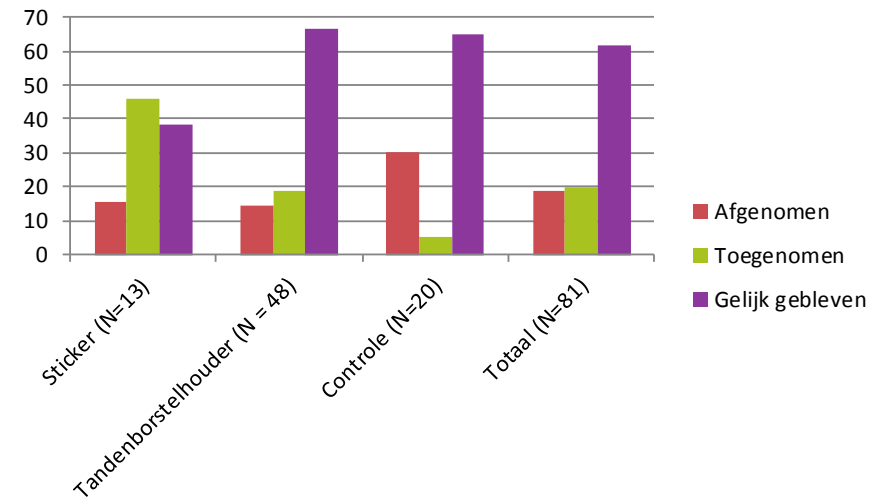
Hierin werden vragen gesteld over de uitvoering van het programma. Zo konden we erachter komen of dit op de juiste manier is gebeurd.



## Bedankt

Via deze weg willen we alle ouders en scholen die hebben meegewerkt aan het onderzoek hartelijk bedanken voor hun deelname.

Figuur 2 Veranderingen in poetsfrequentie tussen de twee meetmomenten (in %)



## Trammelant in Tandenland

Nieuwsgierig geworden naar de andere materialen van Trammelant in Tandenland? Op [www.trammelantintandenland.nl](http://www.trammelantintandenland.nl) kunt u alle filmpjes bekijken en het prentenboek inzien. Scholen in Amsterdam, Amstelland en Diemen kunnen gratis de cue to action en het prentenboek krijgen vanuit de GGD Amsterdam. Scholen buiten deze regio, tandarts- en mondhygiënistpraktijken en andere geïnteresseerden bestellen het materiaal bij [www.kenmerk.nl](http://www.kenmerk.nl).

## Nieuw: een poetsapp

Momenteel wordt hard gewerkt aan een Trammelant in Tandenland poetsapp! Deze app helpt kinderen van 2-6 jaar en hun ouders om 2 minuten tanden te poetsen. Lukt het je om 2 minuten te poetsen dan wordt je beloond door één van de karakters van Trammelant in Tandenland. In de app vind je een poetstimer, poetslied, filmpjes, poetsuitleg en informatie van ouders. Hou de App Store in de gaten. Hij komt rond de zomer 2017 uit voor iOS en Android –toestellen.



[www.trammelantintandenland.nl](http://www.trammelantintandenland.nl)

Voor vragen en opmerkingen: [mjurg@ggd.amsterdam.nl](mailto:mjurg@ggd.amsterdam.nl)