

Wel zo slim: bitje in.

*Vanaf 1 augustus 2015 spelen
alle hockeyers met een bitje.*

2 Stevig en goed passen

Een goede mondbeschermer moet stevig zijn en goed in de mond passen, is makkelijk in- en uitneembaar, geeft comfort bij ademhaling en spraak, is smaak- en reukloos en is makkelijk schoon te maken.

3 Comfort

Een mondbeschermer dient zo comfortabel mogelijk te zitten. Individuele mondbeschermers die door een tandarts zijn vervaardigd, worden in het algemeen als het meest comfortabel ervaren.

4 Kant-en-klaar

Er zijn verschillende soorten mondbeschermers: de kant-en-klare mondbeschermer waarvan de confectionvorm niet individueel is aan te passen. Over het algemeen verkrijgbaar in sportzaken.

6 Bitje op maat

De individueel vervaardigde mondbeschermer is door de tandarts individueel op maat vervaardigd op basis van een gipsmodel op de bovenkaak en in samenwerking met een tandtechnisch laboratorium.

5 Thermoplastische beschermer

De thermoplastische semi-individuele mondbeschermer is vervaardigd van materiaal dat bij verwarming vervormt en bij afkoeling weer een stugge vorm aanneemt. Hierdoor kan de beschermer na verwarming individueel aangepast worden.

7 Wisselen en beugels

Met de huidige technieken kan zowel in de tandwisselperiode als bij het dragen van beugels een goede en comfortabele beschermer worden gemaakt die minstens een heel seizoen meegaat.

9 Hapdagen

Op veel verenigingen worden al hapdagen georganiseerd. Dit gebeurt met medewerking van de plaatselijke tandarts of via de Interpolis Hapdagen, die met een tandtechnisch laboratorium worden georganiseerd. Meer informatie via Interpolis.nl/hockey.

8 Bitje uit

Haal bij een bewusteloze hockeyer altijd de gebitsbeschermer uit de mond. Die kan namelijk de ademhaling belemmeren.

10 Tip voor de hockeyer

Draag je nog geen bitje, wen er aan door er nu al een in te doen. Wees voorbereid op de nieuwe regel en laat je informeren door je tandarts.

11 Tips voor verenigingen

Stimuleer uw leden nu al een bitje te dragen, wees voorbereid op de komst van de nieuwe regel en zorg dat er bitjes beschikbaar zijn op de vereniging.

Meer informatie op www.knhb.nl

**Interpolis.
Glashelder**

PARTNERS IN HOCKEY

KNHB
KONINKLIJKE NEDERLANDSE
HOCKEYBOND