

Wel zo slim: bitje in.

1 De regel

Met ingang van het seizoen 2015-2016 is het dragen van een mondbeschermer verplicht gesteld. Dit geldt voor alle categorieën spelers (junioren/senioren) in wedstrijden die door de bond worden georganiseerd. De KNHB adviseert ook om bij alle hockeyactiviteiten buiten georganiseerd wedstrijdverband de mondbeschermer te dragen.

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.

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.

8 Bitje uit

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

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.

4 Kant-en-klaar

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

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.

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.

9 Hapdagen

Op veel verenigingen worden al hapdagen georganiseerd. Dit gebeurt vaak met medewerking van de plaatselijke tandarts maar er zijn ook andere organisaties die verenigingen hierbij kunnen helpen.

Meer informatie op www.knhb.nl

official partners Koninklijke Nederlandse Hockey Bond

