Gezond gebit voor topprestaties

"Een gezond gebit maakt deel uit van een gezond lichaam."

Bert Longin (44) is al vijftien jaar autopiloot op topniveau. Een goede mondverzorging maakt deel uit van zijn dagelijkse routine. Want om te winnen heeft hij een gezond lichaam, en dus een gezond gebit, nodig.

Waarom zijn gezonde tanden belangrijk in jouw professionele leven?

"Er zijn twee redenen. Als autopiloot kom ik in the picture en ben ik het gezicht van een automerk. Het is belangrijk dat ik er verzorgd uitzie en een mooie uitstraling heb. Daar hoort een gezond gebit bij. Een tweede reden is dat ik als autopiloot ook op-en-top gezond moet zijn om goede prestaties te kunnen neerzetten. Een gezond gebit maakt deel uit van een gezond lichaam. Veel mensen beseffen niet dat ik als autopiloot echt aan topsport doe. Het is keihard werken. Stel je voor dat ik een race moet beginnen met tandpijn. Dat kan gewoon niet. Zo kan ik niet winnen."

Hoe verzorg jij je gebit?

"Ik poets mijn tanden tweemaal per dag met een elektrische tandenborstel. Mijn tandarts zegt dat elektrisch poetsen een beter resultaat geeft dan manueel poetsen. Die ziet dat onder meer aan mijn tandvlees. Ik voel zelf ook dat mijn tanden gladder zijn. Intussen poets ik al twee jaar met de elektrische tandenborstel en hij liet het nog nooit afweten. Het is fantastisch: op de display zie ik wanneer ik te hard duw, dan brandt er een rood lichtje. En als het borsteltje versleten is, verschijnt op de display een melding dat ik een nieuw borsteltje moet plaatsen. Ik heb weinig tijd en als zo'n ding voor mij nadenkt, ben ik gelukkig. (lacht)"

Krijg je soms complimenten over je tanden?

"Onlangs vroeg een vriend aan me hoe het kwam dat ik op mijn leeftijd nog zo'n witte tanden heb. Ik was even uit het lood geslagen. Maar zo'n vragen krijg ik dus."

Let je zelf op het gebit van anderen?

"Ja, omdat ik er zelf mee bezig ben. Ik weet hoe belangrijk het is. Als autopiloot moet je op evenementen zoals het autosalon ook de PR doen voor het automerk waarmee je rijdt. Het is logisch dat je een betere indruk maakt op potentiële klanten en sponsors als je er verzorgd uitziet."

Wil je meer weten over goede mondhygiëne? Ga naar www.nieuwsblad.be/oral-B.

met steun van

Het Nieuwsblad
Iedereen leeft mee