



Met een gezond gebit weer verder



Inhoudsopgave

pagina

Tandheelkundige problemen in de geestelijke gezondheidszorg	2
Microbiele problemen	3
Gebitsslijtage	3
Bijwerkingen van geneesmiddelen	5
Wat kunnen we hieraan doen?	6

Tandheelkundige problemen in de geestelijke gezondheidszorg

Tandheelkundige problemen komen in de psychiatrie veelvuldig voor. Slechte of verminderde aandacht voor de mondhygiëne speelt uiteraard een belangrijke rol, maar ook de voorgeschreven geneesmiddelen kunnen een negatieve invloed op het gebit hebben. Het gevolg is dat veel psychiatrische patiënten kampen met een slecht gebit, wat problemen oplevert bij het herintreden in de maatschappij en torenhoge tandartsrekeningen tot gevolg heeft.

Helaas speelt tandheelkundige problematiek tot op heden een ondergeschikte rol bij de behandeling van psychiatrische patiënten. Met deze informatie hopen wij daar verandering in te brengen. Met enig extra aandacht voor dit onderwerp door de verpleging, de psychiater, maar ook door de patiënt zelf zijn veel van deze problemen te voorkomen!

Microbiële problemen

Cariës

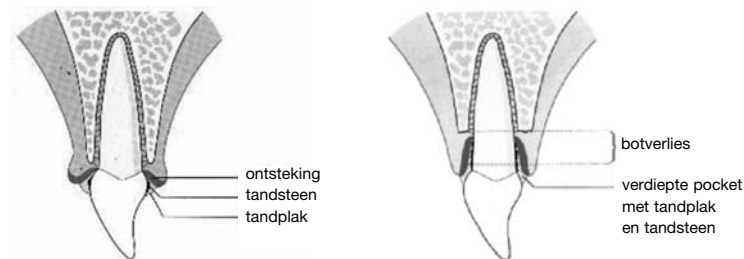
Cariës oftewel 'gaatjes' in de tanden wordt veroorzaakt door slechte mondhygiëne of teveel voedingsmomenten op één dag. Cariës kan ontstaan als een tandoppervlak niet goed schoon is gemaakt. Bacteriën in de tandplak die dan ontstaat, zetten suikers in zuur om. Door dat zuur ontstaat op die plaats een gaatje.

Gingivitis en parodontitis

Een gingivitis is een ontsteking van het tandvlees en komt vrijwel altijd door een slechte mondhygiëne, vooral wanneer de speekselproductie ook is afgenomen, bijvoorbeeld door medicijnen (zie onder). Soms speelt de aanwezigheid van specifieke bacteriesoorten een rol.

Bij een parodontitis is er een uitbreiding van de ontsteking naar het daaronder gelegen kaakbot. Dat gaat gepaard met afbraak van kaakbot. Uiteindelijk kan zoveel kaakbot verdwijnen dat tanden en kiezen los gaan zitten.

Rokers hebben vaker en meer tandsteen en parodontitis dan niet-rokers. Roken draagt negatief bij aan het verloop van een ontsteking doordat het de ontsteking moeilijker zichtbaar maakt: het tandvlees bloedt minder snel bij het poetsen of het eten en het wordt bleker.



Afb. 1 Gingivitis

Afb. 2 Parodontitis

Eenmaal ontstoken tandvlees geneest bij rokers slechter. Gingivitis en parodontitis kunnen gepaard gaan met een slechte adem en een vieze smaak in de mond.

Gebitsslijtage

Tanderosie

Erosie is het oplossen van het tandglazuur door een zuur dat niet afkomstig is van de mondbacteriën. De zuren zijn bijvoorbeeld afkomstig uit zure dranken en zure levensmiddelen (vruchtensappen, frisdranken, citrusvruchten). Maar ook maagzuur kan de oorzaak zijn, wanneer dat in de mond komt via oprispingen of overgeven (zoals bij anorexia nervosa, boulimia nervosa en alcoholisme).

Personen met anorexia letten tevens vaak op de aard van het voedsel. Ze eten bij voorkeur caloriearme, maar zure voedingsmiddelen, zoals fruit en groente. Dat is een extra belasting voor het gebit!

Tanderosie wordt niet veroorzaakt door slechte mondhygiëne. Sterker nog, tandenpoetsen kan het risico op slijtage vergroten. Direct poetsen na het eten van (kool-)zuurhoudende dranken en levensmiddelen is niet aan te raden: de zuren maken het tandglazuur poreus, waardoor het kan worden weggepoetst!

Om het gecompliceerder te maken lijkt het alsof een plaquelaag een beschermende werking heeft tegen erosie.

Bruxisme

Bruxisme, beter bekend onder het begrip 'tandenknarsen', is stevig over elkaar schuiven en/of op elkaar klemmen van tanden en kiezen. Bij de meeste mensen is er sprake van knarsen of klemmen tijdens de nacht, slaapbruxisme genoemd. Maar het komt ook overdag voor, meestal in

de vorm van klemmen.

De oorzaak van bruxisme is nog niet volledig opgehelderd. Men heeft kunnen ontdekken dat het gaat om een balansstoornis in de dopamine-huishouding en er is een relatie aangetoond met stress, geneesmiddelen en genotsmiddelen.

Veel mensen hebben wel eens een periode in het leven waarin men knarst, bijvoorbeeld door stress, medicijnen of genotsmiddelen. Dit gaat meestal vanzelf voorbij. Problemen ontstaan pas als het blijft aanhouden en er klachten ontstaan. Door de overbelasting kunnen namelijk de volgende problemen ontstaan:

- Slijtage van de tanden en kiezen;
- Afbreken van stukken glazuur en/of vullingen;
- Barsten van (gezonde) kiezen;
- Toename van het volume van de kauwspieren: dit kan tot een esthetisch probleem leiden;
- Spierpijn in de kauwspieren;
- Kaakgewrichtsproblemen;
- Hoofdpijn en nekkklachten;
- Pijn in of rondom het oor, pijn bij het geeuwen.



Afb. 3 Slijtage van de snijtanden door bruxisme

Bijwerkingen van geneesmiddelen

Sommige medicijnen kunnen problemen veroorzaken of verergeren. Ze kunnen namelijk de volgende bijwerkingen hebben:

Droge mond

Veel psychofarmaca veroorzaken een droge mond. Dit komt door het anticholinerge effect van deze middelen. Voorbeelden van psychofarmaca die een droge mond veroorzaken zijn de tricyclische antidepressiva, zoals amitriptyline (Tryptizol) en nortriptyline (Nortrilen), enkele antipsychotica, zoals haloperidol (Haldol) en zuclopentixol (Cisordinol), lithium, carbamazepine (Tegretol) en parasympholytica (Akineton, Tremblex).

Speeksel heeft een beschermende functie. Wanneer er langdurig te weinig speeksel is, kunnen **schimmelinfecties, bacteriële infecties (gingivitis, parodontitis) en tandcariës** ontstaan. Consumptie van zure levensmiddelen zorgt bij afwezigheid van voldoende speeksel makkelijker voor erosie.

Speekselvloed

Er zijn ook psychofarmaca die juist een verhoogde speekselproductie veroorzaken. Clozapine (Leponex) is hier een bekend voorbeeld van. Dit kan heel vervelend zijn en onder meer misselijkheid en ontstoken mondhoeken tot gevolg hebben. Er kan meer tandsteenvorming optreden. Sommige artsen stellen behandeling van de speekselklieren voor met Botox. Een groot risico hierbij is het ontstaan van een te droge mond met bovengenoemde problemen.

Bruxisme

Bruxisme kan worden veroorzaakt door **drugs**, zoals amfetamine en XTC, door alcohol en door nicotine. Er is niet eenduidig bewezen dat bepaalde geneesmiddelen bruxisme veroorzaken, maar deze bijwerking is gemeld bij verschillende antipsychotica, bij antidepressiva uit de groep van de SSRI's en bij venlafaxine (Efexor).

Wat kunnen we hieraan doen?

Cariës, gingivitis en parodontitis

Cariës kan pas ontstaan als er plaque aanwezig is. Twee- tot driemaal daags moeten daarom de tanden worden gepoetst. Goed poetsen is extra belangrijk wanneer er medicijnen worden gebruikt die een droge mond veroorzaken! Sommige bewoners zijn niet in staat hun eigen mond goed te verzorgen. In deze gevallen dient de begeleiding zorg te dragen voor de mondverzorging. Omdat dit een lastige klus kan zijn en per persoon verschillend uitgevoerd kan moeten worden, is het verstandig dit samen met de tandarts te bespreken.

Het is aan te raden om eenmaal daags middels stoken of flossen de tandplaque te verwijderen.

Wanneer men het puntje van de stoker voor het gebruik een beetje nat maakt in de mond, breekt het puntje niet zo gauw af tussen de tanden. Op indicatie kunnen mondspoeloplossingen worden voorgeschreven. Ze kunnen de tandenborstel en de tandenstoker of flosdraad niet vervangen!

Tanderosie

Om tanderosie te voorkomen moet men letten op een aantal belangrijke dingen:

Voeding en dranken

- Frequentie verminderen, met name van (koolzuurhoudende) frisdrank. Neem vaker tussendoor een glaasje water!
- Duur van de consumptie verminderen. Drink het glaasje frisdrank sneller op. Het gebit heeft dan minder lang contact met het zure product.
- Geen zure dingen eten en drinken 's nachts en voor het naar bed gaan.
- Spoel met water of melk na consumptie van een zuur product.
- Kauwgom (zonder suiker) stimuleert de speekselproductie wat zorgt voor een pH neutraliserend effect.

Tandenpoetsen

- Niet poetsen binnen het uur na consumptie van een zuur product, inclusief frisdrank!
- Gebruik een zachte tandenborstel en poets niet te krachtig!

Overgeven en oprispingen

- Naspoelen met water!

Bruxisme

Bruxisme kan worden veroorzaakt door bijvoorbeeld stress en/of door de medicijnen die worden gebruikt. Soms is het moeilijk om te ontdekken dat iemand last heeft van tandenknarsen, vooral wanneer er 's nachts niemand bij de desbetreffende persoon op de kamer slaapt die hem/haar erop kan wijzen. Een tandarts kan bruxisme in veel gevallen herkennen uit de combinatie van de anamnese met het intra- en extra-orale onderzoek. Er kan slijtage aan het gebit optreden. Men kan last hebben van pijnlijke of vermoeide kaakspieren, onverklaarbare hoofdpijn, nekkachten. Indien iemand bruxeeft kan men eerst proberen de exogene factoren, zoals stress, te reduceren. Soms is het nodig om de medicatie aan te passen. In sommige gevallen kan een tandarts een spalkje aanmeten, waardoor de gebitsslijtage wordt beperkt.

Droge mond

Een droge mond kan worden veroorzaakt door de geneesmiddelen die worden gebruikt. Soms kan andere medicatie worden voorgeschreven. Wanneer de geneesmiddelen met een anticholinerge werking moeten worden gebruikt, let dan op de volgende punten om gebitsproblemen te beperken:

- Extra goede verzorging van het gebit.
- Zo weinig mogelijk zure dranken en levensmiddelen, wat vaker een glaasje water!
- Stimulatie van de speekselklieren zorgt voor een hogere speekselproductie. Dit kan bijvoorbeeld door kauwgom zonder suiker. Xylitol is de beste vervanger voor suiker, omdat het cariës zelfs een beetje tegengaat.

Wanneer er binnen de Symfora groep voldoende aandacht is voor de problematiek kan ernstige schade aan het gebit mogelijk worden vermeden ofwel worden verminderd.

Bij het voorschrijven van bepaalde geneesmiddelen moet de patiënt worden geïnformeerd over de eventuele gevolgen voor de tanden.

De verpleging dient zich bewust te zijn van haar verantwoordelijkheid voor de mondzorg van de patiënten en kan helpen door patiënten te motiveren beter te letten op een goede gebitsverzorging.

In het Medisch Centrum op het terrein van de locatie Zon & Schild is op donderdag een tandarts aanwezig die op afspraak de patiënten van de Symfora groep behandelt. De tandarts beschikt naast deze informatie over meer foldermateriaal. Naast de behandelingen heeft hij een adviserende en begeleidende rol, maak hier gebruik van!

© Symfora groep, De Regionale Cliëntenraad Oostelijk Utrecht, Utrechtseweg 266, 3818 EQ, Amersfoort, auteur: M.J. de Roo (apotheker Symfora groep) en J. van Schaik (tandarts), met dank aan: R.F. van Vuren (tandarts gnatholoog, Almere), documenteigenaar: directeur Medisch Paramedische Dienst, uitgave: november 2007, revisiedatum: november 2008.