

Een gezonde mond draagt bij aan een gezond hart!

Aandacht voor mondgezondheid verschuift steeds meer van de tandarts naar de mondhygiënist. Dit biedt voor de mondhygiënist goede kansen om ook in breder verband naar de gezondheid van mensen te kijken.

En dat is helemaal niet gek gezien de samenhang tussen mondgezondheid en iemands algemene gezondheidstoestand. Er bestaat immers een belangrijke overeenkomst tussen de risicofactoren voor het ontstaan van hart- en vaatziekten en een slechte mondgezondheid. In de strijd tegen hart- en vaatziekten vormt dit de basis voor een actief preventiebeleid in de tandartsenpraktijk. Dus naast instructies over het in conditie houden van tanden, tong en tandvlees zouden eenvoudige metingen zoals bloeddruk en BMI een mooie aanvulling zijn op de preventieve zorg.

Een gezonde mond is belangrijk en dit niet alleen omwille van de essentiële functie bij het eten en spreken. Er is ook een belangrijk esthetisch en sociaal aspect. Problemen met de mondgezondheid hangen vaak samen met andere gezondheidsproblemen. Recent onderzoek

Als we hart en vaatziekten willen terugdringen, moeten we op het preventieve vlak krachten bundelen

toonde een samenhang aan tussen tand(vlees)problemen en artritis, hart- en vaatziekten, diabetes, longemfyseem, hepatitis C-infectie, zwaarlijvigheid en beroerte. Gezien deze relatie is er dus wat mij betreft een belangrijke taak voor de mondhygiënisten in het kader van preventie.

Preventieve maatregelen om een gaatje in het gebit te voorkomen is heel gewoon. Een preventieve check van hart- en bloedvaten om een hartinfarct te voorkomen wordt veelal niet gedaan terwijl het hier wel om de motor van je lichaam gaat. Pas na de schade gaan de medisch specialisten aan het werk. Waarom eigenlijk? Hart- en vaatziekten is doodsoorzaak nummer 1 bij vrouwen. 80% van de hart- en vaatziekten kunnen worden voorkomen door een gezonde leefstijl. Laten we heel snel starten om mensen die in de stoel zitten voor hun gebit kennis mee te geven over hun gezondheid. Jong geleerd is immers oud gedaan en het is een eerste stap in mensen bewust maken van hun risicofactoren en de impact daarvan op hart en gezondheid. Als we hart en vaatziekten willen terugdringen zullen we op het preventieve vlak krachten moeten bundelen. Een holistische visie is daarbij essentieel. De mens is meer dan een optelsom van zijn organen. Het delen van kennis van verschillende beroepsgroepen is hierbij essentieel.

Vrouwen (en mannen!), medici en paramedici moeten actief op zoek gaan naar potentiële risicofactoren en deze adequaat (laten) behandelen. Tijdige behandeling zal de kwaliteit en de kwantiteit van het leven aanzienlijk verbeteren en uiteindelijk leiden tot kostendaling in de zorg. ■



*Dr. Janneke Wittekoek,
Cardioloog &
Preventiespecialist
bij HeartLife
klinieken in Utrecht*