# Mondhygiëne For Life

## Tijdig naar de tandarts gaan, kan je leven redden

Parodontitis en diabetes zijn beide frequent voorkomende ziekten onder de populatie.

Onderzoek heeft aangetoond dat ze elkaar beïnvloeden en in stand houden.

Door de tandarts/parodontoloog een grondige diepte reiniging te laten uitvoeren, daalt de kans om diabetes (of suikerziekte) te ontwikkelen en om te overlijden aan de complicaties ervan.

Parodontitis als medisch-wetenschappelijke term beter bekend als een (chronische) ontsteking van de steunweefsels rondom de tanden (bv. Kaakbot, vezels tussen tand en bot,…).

Deze infectie komt voor bij 11,2% van de wereldbevolking.

Het kenmerkende aan deze aandoening is dat de patiënt er geen pijn door zal ervaren maar enkel bloedend tandvlees zal opmerken spontaan of tijdens het tandenpoetsen.

De tandarts of parodontoloog stelt de diagnose aan de hand van zichtbaar kaakbot verlies op een radiologische foto en in de mond door een toenemende ruimte tussen de tand en het tandvlees (of pocket genaamd). *(Figuur1)*

*Figuur 1* Deze figuur toont bovenaan de situatie bij gezonde patiënten(intact kaakbot, steunweefsel, normaal gekleurd tandvlees en een pocket van maximum 3mm), onderaan de situatie bij parodontitis patiënten (kaakbotafbraak en rood bloedend tandvlees en een pocket groter dan 3mm).

*Is iedereen vatbaar voor de aandoening?*

3 voorwaarden moeten vervuld zijn alvorens iemand parodontitis kan ontwikkelen:

1. Vatbare patiënt (vb. rokers, patiënten met een verzwakt immuunsysteem,…)
2. Aanwezigheid van parodontitis bacteriën
3. Daling in het aantal goede orale bacteriën

De typische parodontitis bacteriën zullen een ontstekingsreactie veroorzaken in het lichaam met kaakbot afbraak en verhoogde ontstekingswaarden in het bloed tot gevolg.

Kaakbot afbraak zorgt er op termijn voor dat tanden losser staan in het bot en resulteert in verlies van (kauw)comfort en tanden.

Diabetes (of suikerziekte) is een aandoening waarbij het suiker of glucose metabolisme verstoord is. Deze aandoening wordt gekenmerkt door een chronisch verhoogde suikerwaarde in het bloed (of hyperglykemie). In 2012 waren er 372 miljoen diabetici wereldwijd waarvan 90-95% met diabetes type 2.

Dit wil zeggen dat spier- en vetcellen in het lichaam ongevoelig zijn geworden aan insuline.

Insuline is een hormoon geproduceerd door de alvleesklier (of pancreas) met als functie om suiker te kunnen opnemen en opslaan in de spier- en vetcellen als energiereserve.

Hoe diabetes diagnosticeren?

Aan de hand van een bloedstaal kan er bepaald worden of iemand diabetes heeft.

Het labo zal de waarden van gebonden suiker (of glucose) aan hemoglobine (een bestandsdeel van de rode bloedcellen) meten en uitdrukken in HbA1c waarden. Vanaf een waarde van 6,5% HbA1c wordt er gesproken over diabetes. (*figuur 2*)

*Figuur 2*: toont de bloedwaarden bij diabetes

Wat zijn precies de risico’s van diabetes?

Op lange termijn kan diabetes lijden tot verschillende problemen t.h.v. :

-Bloedvaten: diabetes kan er aderverkalking veroorzaken waardoor een slechte doorbloeding zal ontstaan naar belangrijke delen van ons lichaam vb. hart en hersenen

- *Zenuwen*: dit resulteert in slecht genezende wonden, het gevoel van tinteling waarnemen, gevoeligheid aan pijn en temperatuur zullen dalen

-*Ogen*: diabetes kan blindheid veroorzaken

-*Chronische ontstekingen*

-*Diabetesvoet*: de patiënt gaat minder voelen in de voeten en tenen waardoor wonden niet opgemerkt zullen worden en er een chronische ontsteking zal ontstaan met mogelijks een amputatie tot gevolg.

De literatuurstudie toonde aan dat er een daling is in de bloedsuikerwaarden (HbA1c waarden) na het uitvoeren van een behandeling voor parodontitis bij de tandarts of parodontoloog.

Een daling van 1% HbA1c bloedwaarden zorgt ervoor dat de kans om diabetes en complicaties van diabetes te ontwikkelen daalt alsook een daling in de kans om te overlijden aan diabetes.

Hoe parodontitis behandelen?

Na de diagnose volgt de behandeling waarbij de tandarts samen met de patiënt zal zoeken naar een manier om de mondhygiëne te optimaliseren (zoals 2x/dag tandenpoetsen en tussen de tanden flossen).

Nadien zal de tandarts/parodontoloog onder lokale verdoving een dieptereiniging uitvoeren onder het tandvlees , dit wil zeggen dat de parodontitis bacteriën zullen verminderen of zelfs verdwijnen. De behandeling kan vergeleken worden met het verwijderen van tandsteen bij een doorsnee tandartsbezoek maar deze keer onder het tandvlees.

Deze behandeling heeft als doel om het ziekteprocessen te stoppen en verder steunweefsel verlies rondom te tanden te voorkomen.

Omgekeerd werd er tijdens het literatuuronderzoek ook aangetoond dat patiënten met suikerziekte een hogere concentratie aan parodontitis bacteriën bezitten en meer verlies van steunweefsel hebben. Diabetes of suikerziekte heeft dus ook een invloed op het ontwikkelen en de agressiviteit van parodontitis.

Een jaarlijks tandartsbezoek kan niet alleen je tanden redden maar helpt om je hele lichaam gezond te houden.