

Een gezond gebit in een gezond lichaam

Voeding bij mondzorg is een onontgonnen terrein. Diëtist Louise Witteman ziet veel mogelijkheden voor de diëtist. En tandartsen willen graag samenwerken. Witteman doet er alles aan om de aandacht voor **voeding binnen de tandzorg** te vergroten. Ze ontwikkelde een app en ze is nu bezig met een e-learning voor diëtisten en mondzorgverleners.

Mondhygiënist, diëtist en tandartsen leren tijdens hun opleiding weinig over voeding in relatie tot de mondgezondheid. Daar komt wel verandering in, maar er is nog veel onduidelijk en er is relatief weinig aandacht voor. Het triggerde Witteman om het goed te uit te zoeken: wat zegt de wetenschap erover? Ze las de recente literatuur en gaf gedurende tien jaar cursussen *Voeding en Mondgezondheid* voor mondhygiënist. Vanwege een verhuizing naar het buitenland stopte ze daarmee.

VERGOEDING TANDZORG

Hoe zit het met de vergoeding? Voorlichting en behandeling van kinderen tot 18 jaar worden vergoed, deze vallen buiten het eigen risico. Voor personen vanaf 18 wordt alleen dieetbehandeling vergoed onder code 6000, als het gaat om een medische indicatie. Als diagnosecode stuur je dan mee: 0013 kauw- en slikproblemen. Wanneer de zorgverzekeraar vraagt om een verwijfsbrief en de tandarts niet genoemd wordt als verwijzer, kan het via DTD code 6050 met dezelfde diagnosecode 0013 kauw- en slikproblemen.

Ze besloot haar kennis vast te leggen in een boek: *Een praktische handleiding voor (para)medici over voeding en mondgezondheid*. Allerlei onderwerpen passeren de revue: algemene onderwerpen – zoals voedingsstoffen, voedselconsumptie en voedingsgedrag – maar ook specialistische onderwerpen – zoals anatomie en fysiologie van de mond, cariës, tanderosie, monddroogte, hoofd-halskanker en kauw- en slikproblemen.

Witteman: “Het gaat niet alleen om een ‘bak met tanden’. Die tanden zitten in een lichaam en dat heeft invloed op elkaar.” Het boek heeft een brede doelgroep: van tandartsen en mondhygiënist tot diëtisten, logopedisten, JGZ-medewerkers en medewerkers in verpleeg- en verzorgingstehuizen.

App voor de tandarts

Van het één kwam het ander. Door het boek kwam Witteman in contact met mondhygiënist Tiffany Claus. Samen ontwikkelden ze de Informed-app voor mondzorgverleners (tandartsen, mondhygiënist en preventie-assistenten). Witteman: “De voeding wordt vaak pas nagevraagd bij problemen. Het zou veel beter zijn om dit preventief te doen, zodat je problemen kunt voorkomen.” Met de voedingsanamnese in de app kan de tandarts of mondhygiënist de



voeding eenvoudig en gestructureerd navragen. Ook kan de cliënt de vragenlijst zelf invullen in de wachtkamer. Er zijn vier verschillende vragenlijsten: over preventie, over tanderosie en cariës (gericht op suiker en voedingszuren), over parodontitis (om de volwaardigheid van de voeding te bepalen) en een combinatie van de laatste twee (om de voeding in zijn geheel te kunnen beoordelen).

Bij de anamnese over preventie wordt bijvoorbeeld nagevraagd hoe vaak er wordt gegeten, om wat voor soort maaltijden het gaat, wat de tussendoortjes zijn, hoe wordt gegeten, wat wordt gedronken en wat er op brood komt. De Informed-app geeft geen advies; de behandelaar beoordeelt de gegevens. "Uit motivational interviewing moet blijken of de cliënt openstaat voor advies. Vanuit de Informed-app kan de mondzorgverlener een verslag maken van de behandeling, en folders bijvoegen die van belang zijn voor de cliënt. Bij een doorverwijzing naar de diëtist kan het verslag, na toestemming van de cliënt, via de mail verstuurd worden naar de diëtist."

“Denk niet: ik heb klanten nodig, ik doe dit er even bij”

Wanneer naar de diëtist?

De tandarts of mondhygiënist kan een aantal algemene voedingsadviezen geven, bijvoorbeeld over het aantal eetmomenten of de relatie tussen tanderosie en het gebruik van suikerhoudende dranken. Doorverwijzing naar een diëtist is geïndiceerd wanneer er sprake is van comorbiditeit (bijvoorbeeld diabetes), voor aanvullend onderzoek rondom allergie of deficiënties, en bij onvoldoende resultaat. Witteman: "Wanneer een cliënt van verschillende zorgverleners tegenstrijdige adviezen krijgt, neemt de therapietrouw af.

Adviezen moet dus goed op elkaar worden afgestemd, anders heeft het geen zin. Bij overgewicht adviseer je misschien licht-sinas, maar de mondzorgverlener zal dit afraden."

De exacte inhoud van het advies is afhankelijk van de behandel doelstellingen. Bij palliatieve zorg kan het behouden van een goede BMI prioriteit hebben boven de preventie van cariës. Bij parodontitis en aften kan voeding een bijdrage leveren aan het herstel. Zo kunnen aften ontstaan als gevolg van een tekort aan vitamine B12. Voldoende vitamine C-inname kan de ernst van parodontitis verminderen.

Taken mondzorgverlener

Andersom kan het ook vóórkomen dat een diëtist doorverwijst naar een mondhygiënist. Bij sommige gezondheidsproblemen kan het gebit of het zogenoemde parodontium worden aangetast. Dit steunweefsel van de tanden – zoals de kaken, de wortels, het weefsel tussen de wortels en het tandvlees – kan bijvoorbeeld bij patiënten met moeilijk te reguleren diabetes mellitus gaan ontsteken. Volgens de NHG-standaard Diabetes is het verstandig om tweemaal per jaar de tandarts of mondhygiënist te bezoeken. Ook al zijn er geen klachten, onbehandelde parodontitis kan vroegtijdig verlies van gebitselementen veroorzaken. Lang bestaande reflux oesophagitis en eetstoornissen kunnen tanderosie tot gevolg hebben. Het maagzuur beschadigt daarbij het glazuur van de tanden. Ook binge-eaten en craven kunnen leiden tot tanderosie of cariës, vooral als het gaat om grote hoeveelheden zoete dranken. Naast een goed voedingsadvies is een goede mondhygiëne van belang bij kauw- en slikproblemen, monddroogte en/of smaakverlies (als gevolg van kanker). "De mondzorgverlener brengt de gezondheid van het parodontium en de eventuele gebitsslijtage in kaart. Op basis hiervan kan een preventieplan worden gemaakt. Dit kan bestaan uit adviezen, maar ook uit sealen of fluoridebehandelingen om verdere aantasting te voorkomen."

Samenwerken met kennis van zaken

Tandartsen en mondhygiënist willen graag samenwerken met een diëtist. Witteman blogt via www.voedingenmondgezondheid.nl en krijgt zo verzoeken van tandartsen en mondhygiënist voor een goede diëtist. Ze moeten daarbij wel het gevoel hebben dat ze te doen hebben met een diëtist die verstand heeft van voeding en mondgezondheid. Witteman: "De diëtist moet zich wel echt in dit onderwerp verdiepen om patiënten met deze problematiek te behandelen. Denk niet: ik heb klanten nodig, ik doe dit er even bij. Dan kun je je werk niet goed doen. Bovendien maakt de beroepsgroep op die manier geen goede indruk bij de tandartsen."

Aantekening na e-learning

Om diëtisten te ondersteunen bij het vergroten van kennis over mondzorg, ontwikkelt Witteman momenteel >>

een e-learning. Tijdens deze lessen worden diëtisten bijgespijkerd in de basiskennis op het gebied van voeding en mondzorg. Daarnaast komen onderwerpen als cariës en tanderosie, slikproblemen en hoofd-halskanker, smaak- en reukstoornissen, parodontitis en monddroogte aan de orde. Nadat diëtisten zich hebben verdiept in het onderwerp, kunnen ze hun werkzaamheden aanbieden aan tandartsen. Witteman wil dit liever op grotere schaal aan elkaar koppelen. "Misschien kunnen we als NVD om de tafel met de NVM (Nederlandse Vereniging Mondhygiënist) of beroepsverenigingen van tandartsen om te kijken hoe we dit kunnen aanpakken." Een andere optie is om diëtisten die de e-learning met goed gevolg hebben afgerond te vermelden op de website voedingenmondgezondheid.nl.

AUTEUR

IR. CAROELIEN SCHUURMAN

CONTACT

BOEK@VOEDINGENMONDGEZONDHEID.NL

LIESBETHSMIT@PRIMAVOEDING.NL

“Het ontwikkelen van een geaccrediteerde cursus voor diëtisten staat hoog op mijn lijst”



TANDARTSEN BLIJ MET SAMENWERKING

Diëtist Liesbeth Smit van Diëtistenpraktijk Prima Voeding in Den Haag houdt spreekuur bij Jeugd tandzorg West in Den Haag.

Als startend diëtist in een regio waar veel diëtisten werken, benaderde Smit tandartsen om klanten te werven. "Ik ben publicaties gaan lezen en ik heb cursussen gevolgd over voeding en mondgezondheid. In 2014 bracht Louise Witteman haar boek uit. Dat is nu zo ongeveer mijn bijbel voor deze doelgroep. En door ervaring leer je de adviezen praktisch in te zetten."

De locaties bij de jeugd tandzorg lopen goed. Smit behandelt vooral kinderen en tieners met cariës, erosie en parodontitis. "Met de tandarts, mondhygiënist en preventie-assistent bereiken we een leefstijlverandering, waarin voeding, maar ook poetsgewoonten, worden aangepast. Vooral de suikerinname wordt veel lager binnen de doelgroep waarmee ik werk."

Patiënten zijn volgens Smit soms verbaasd over een doorverwijzing naar de diëtist, maar ze zien vaak tijdens de intake al de raakvlakken. Het geeft ouders handvatten om daadwerkelijk met de voeding aan de slag te gaan.

Kinderen en volwassenen

"Naast kinderen behandel ik regelmatig volwassenen met afters. Bij volwassenen liggen nog veel meer kansen,

maar de tandarts kan bij deze doelgroep het onderwerp (verwijzen naar een diëtist) moeilijker in het gesprek integreren. En vaak is het eigen risico een barrière." Ook in de tandzorg bij ouderen ligt een rol voor de diëtist. "Bij ouderen past het gebit soms niet goed, of er is er pijn aan de tanden, waardoor ze minder eten en ondervoed raken. Deze problemen moeten natuurlijk aangepakt worden. Als diëtist kun je een gedegen voedingsadvies geven voor alle problemen samen." Tandartsen zijn blij met de samenwerking, aldus Smit. "Ze hebben vaak zelf weinig tijd om aandacht te besteden aan gedragsverandering met betrekking tot voedingsgewoonten. Dat is iets wat wij goed kunnen oppakken. Daarnaast maken we ook het plaatje compleet als er bijvoorbeeld sprake is van overgewicht of ondergewicht. Het is een extra service die geboden wordt binnen de tandartspraktijk.

Het is een uitdaging om tandarts, mondhygiënist en preventie-assistent te overtuigen van onze meerwaarde. Geregeld met elkaar overleggen, draagt daar zeker aan bij."

Smit wil zich nog meer toeleggen op deze doelgroep door samenwerking met andere tandartspraktijken in de regio. Ook wil ze proberen om dit onderwerp bij volwassenen goed op de kaart te krijgen. "Ik heb twee maal gesproken op congressen voor tandartsen en preventie-assistenten, en ook het ontwikkelen van een geaccrediteerde cursus voor diëtisten staat hoog op mijn lijst."