

Voor u ligt Rndom Gezond 17!
De nieuwsbrief die u als inwoner van Maarn/Maarsbergen informeert over nieuwe samenwerkingsvormen en achtergronden, over visies en interne veranderingen in ons gezondheidscentrum.

In deze editie behandelen wij preventieve mondzorg voor jong en oud, de beweegchallenge in wandelgroepen, het wooninitiatief De Lindelaer voor dementerende ouderen, en de herhaalservice voor medicijnen bij de apotheek.

.....

MONDZORG GEWOON GAAF VOOR KINDEREN VAN 0 – 18 JAAR

Met Jeroen Plaisier, tandarts en mede-oprichter van het Centrum voor Tandheelkunde in ons gezondheidscentrum, spreken we over Gewoon Gaaf. Een preventiemethode voor ieder individueel kind van 0 tot 18 jaar en zijn ouders/verzorgers.

WAT HOUDT DE METHODE GEWOON GAAF IN?

Het is een methode, waarbij de tandarts en preventie-assistenten als coaches de kinderen van jongs af aan begeleiden in de eigen zorg voor de mond. Uiteraard met goede hulp en motivatie van de ouders/verzorgers.

WAAR KOMT GEWOON GAAF UIT VOORT?

De methode komt voort uit wetenschappelijk onderzoek in Denemarken en recentelijk is in ons eigen land bij een groep kinderen van 6-9 jaar wetenschappelijk onderzoek verricht. Met goede resultaten.

“Gewoon Gaaf leidt tot bijna 70% minder gaatjes.”

WAT KUN JE OVER DE RESULTATEN ZEGGEN?

Dat de Gewoon Gaaf-methode tot bijna 70% minder gaatjes leidt. In drie jaar tijd kregen kinderen tot wel 88% minder fluoridebehandelingen, ze werden tot 66% minder geseald en het aantal vullingen per kind nam tot 62% af.

HOE ZIET DE BEGELEIDING ER IN DE PRAKTIJK UIT?

Bij een periodiek bezoek aan het gezondheidscentrum maakt de tandarts of preventie-assistent een risico-inschatting: hoe is het met de mondhygiëne van het kind? hoe poetst het kind zelf? hoe poetst de ouder/verzorger na? Zowel de ouder als het kind worden gestimuleerd en gemotiveerd om dat goed te doen. Er wordt een score gemaakt van het aantal tanden en kiezen dat doorbreekt. Wij kijken waar een risico



bestaat op gaatjes en laten zien waar tandplak zit, door een vloeistof op tanden en kiezen aan te brengen.

HOE WERKT HET BIJ KINDEREN DIE GOED POETSEN?

Die behoeven geen uitgebreide instructies en waar het toch nodig is, maken wij er tijd voor.

ENTHOUSIASTE BEGELEIDING VAN DE OUDERS/VERZORGERS IS DUS BELANGRIJK?

Zeker! Wij zien dat er enorme sprongen worden gemaakt in de zelfzorg van het kind wanneer de ouders/verzorgers hun kind goed motiveren en stimuleren.

HOE BELOON JE DE KINDEREN DIE GEWOON GAAF HUN MOND VERZORGEN?

De kleinsten geven wij een Poetsdiploma!

MERK JE DAT OUDERS/ VERZORGERS DOOR GEWOON GAAF OOK BETER VOOR HUN EIGEN MOND GAAN ZORGEN?

Ja, deze methode voor de kinderen stimuleert hen naar de eigen mond-zorg te kijken. Volwassenen zijn het van oorsprong minder gewend om preventief hun mond te verzorgen. Wij proberen inmiddels de Gewoon Gaaf-methode te enten op zelfzorg door volwassenen. Als tandcoaches werken wij aan bewustwording en geven steeds meer sturing aan preventieve zelfzorg door de volwassene.

HOE ANDERS IS DE METHODE VOOR VOLWASSENEN?

Er is in tegenstelling tot bij kinderen geen sprake van groei en de volwassene heeft al vaak uitgebreide behandelingen ondergaan. Onderhoud en vullingen vervangen voorkom je niet met deze methode. Tandvleesproblemen die ontstaan zijn, kan de volwassene daarentegen wel zelf mogelijk in de hand houden door thuis goed te poetsen en dagelijks ragers te gebruiken.

HOE IS HET VOOR EEN TANDARTS DIE GEWEND IS TE BEHANDELEN, OM TANDCOACH TE ZIJN?

Gewoon Gaaf betekent voor ons: van behandelen naar coachen. Wij zijn erin opgeleid technisch bezig te zijn en waar schade ontstaat, deze te herstellen. De preventiemethode vraagt om een andere manier van denken in de begeleiding van patiënten.

BESTAAT ER EEN OPLEIDING VOOR DE TANDARTS EN PREVENTIE- ASSISTENT TOT TANDCOACH?

De preventie-assistenten hebben de cursus Gewoon Gaaf gedaan, zodat zij de 'tools' hebben om de patiëntjes goed te begeleiden. Zelf volg ik cursussen over monddrag dat afwijkt en gecorrigeerd moet worden.

WAT MOETEN WE VERSTAAN ONDER 'MONDGEDRAG'?

Als je het hebt over monddrag, moet je weten dat de stand van de tanden ontstaat door de druk van de lippen aan de ene kant en de druk van de tong aan de andere kant. Dan begeven we ons ook op het vakgebied

van Jeannette Marcus, logopediste in ons gezondheidscentrum. Zij houdt zich bij de behandeling van kinderen al jaren bezig met afwijkend monddrag en creëert preventieve bewustwording. Kinderen die bijvoorbeeld niet door hun neus kunnen ademen, ademen veel door de mond. Dan ontstaat een verkeerde houding van lippen en tong, met een heel smalle kaak tot gevolg. Kinderen die uit gewoonte de tong tussen de tanden houden, beïnvloeden op een verkeerde manier de stand van tanden en kiezen.

DAT HEEFT JULLIE ERTOE GEBRACHT, TANDZORG EN LOGOPODIE MET ELKAAR AF TE STEMMEN?

Ja, het is al heel lang bekend, dat monddrag invloed heeft op de ontwikkeling van de stand van tanden en kiezen. In de groei van het kind is dat te beïnvloeden. Wij zien de patiëntjes van Jeannette twee keer per jaar in de tandartsenpraktijk. De logopediste en ik zijn ons ervan bewust, dat wij op een preventieve manier in een vroeg stadium het monddrag zo kunnen sturen, dat de stand vanzelf al veel beter wordt. Vandaar dat wij zijn gaan samenwerken op het corrigeren van monddrag bij kinderen en daarvoor samen cursussen volgen.

WELKE AANPASSINGEN KAN DE TANDARTS BIJ AFWIJKEND MONDGEDRAG ZOAL DOEN?

Er wordt voor de tanden bijvoorbeeld een beugel aangemeten of een spalkje dat fixeert. Voor afwijkend tonggedrag meten we soms een soort bitje van zacht kunststof aan. Ook hier geldt dat de kinderen goede instructies meekrijgen voor het dragen van de beugel of het bitje. Kinderen vinden die aanpassingen in hun mond vaak lastig, dus zij kunnen ook hierin de stimulerende begeleiding van de ouders/verzorgers goed gebruiken.

“Monddrag heeft invloed op de ontwikkeling van de stand van tanden en kiezen.”

HEB JE EEN TIP VOOR DE OUDERS DIE DE GEWOON GAAF-METHODE WILLEN INZETTEN?

Kom met je kind naar de mondzorgpraktijk zodra het eerste tandje doorbreekt en begin direct met tandenpoetsen. Met onze vakkundige begeleiding en periodieke instructie blijven de tanden en kiezen van je kind gewoon gaaf!

