

Hoe mondverzorgingsproducten voor thuis de parodontale gezondheid kunnen helpen onderhouden

Parodontitis is de ontsteking en afbraak van structuren die de tanden ondersteunen

Parodontitis wordt in verband gebracht met meerdere systemische ziekten en aandoeningen als:



Het wordt voornamelijk veroorzaakt door de ophoping van plak (een bacteriële afzetting) nabij de tandvleesrand

Indien een parodontale ziekte wordt genegeerd, kan het leiden tot moeilijkheden met eten, spraakproblemen, tandverlies en een lagere kwaliteit van leven

Klachten en verschijnselen van parodontitis



Rood, gezwollen, gevoelig en bloedend tandvlees



Aanhoudende vieze smaak en slechte adem



Grotere ruimten tussen de tanden



Pijn bij het kauwen



Tanden die er langer uitzien



Losse of beweeglijke tanden

Effectieve en regelmatige plakcontrole zorgt ervoor dat het tandvlees gezond blijft



De plak die zich op onze tanden ophoopt kan ook thuis mechanisch worden verwijderd met behulp van hulpmiddelen voor de mondhygiëne



Elektrische tandenborstels voor mechanische biofilmverwijdering

Door effectief te poetsen wordt de biofilm mechanisch verwijderd van de tanden, het tandvlees en de tong

Elektrische tandenborstels kunnen plakcontrole verder verbeteren



Elektrische tandenborstels vs. handtandenborstels

Elektrische tandenborstels zijn effectiever in:

Plakverwijdering



Mechanische verwijdering van de biofilm van de tanden

Vermindering van:



Tandvleesontsteking



Klinisch aanhechtingsverlies



Verlies van tanden

Plakcontrole, vooral bij:



Patiënten met verminderde spiercontrole



Patiënten die parodontale onderhoudstherapie krijgen



Zijn alle typen elektrische tandenborstels even effectief?



Ultrasone tandenborstels



Ionische tandenborstels



Elektrische tandenborstels met zijwaartse beweging



Tandenborstels met oscillatie-rotaties

Oscillerende-roterende tandenborstels



Onder de elektrische tandenborstels presteren alleen tandenborstels met oscillatie-rotaties consistent beter dan handtandenborstels

Aanbevelingen

- ✔ Poets tweemaal per dag 's ochtends en 's avonds voor het slapengaan telkens twee minuten

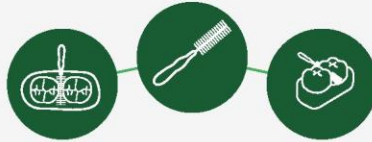


Interdentale reiniging met een interdentale borstel en flossdraad

Interdentale reiniging (reiniging tussen de tanden) helpt het tandvles gezond te houden op plaatsen die met een tandenborstel niet goed bereikbaar zijn, met name voor patiënten die een parodontaal onderhoudsregime volgen

Interdentale borstel

Een smal, interdentaal reinigingshulpmiddel met borstelhaartjes



Om brede of open ruimtes tussen tanden te bereiken

Tussen de tanden en terugtrekkend tandvles

Flossdraad

Een gladde draad die wordt gebruikt om tussen de tanden te reinigen en vastzittende voedseldeeltjes te verwijderen



Om te reinigen in krappe ruimtes tussen de tanden, waar borstels niet bij kunnen

Wanneer te gebruiken

Nadelen

Door onjuist gebruik kunnen de tanden beschadigen, wat leidt tot overgevoeligheid en de weke delen van het tandvles kunnen ook beschadigd raken

Technisch veeleisend en moeilijk uit te voeren, tijdrovend, risico op trauma van het tandvles

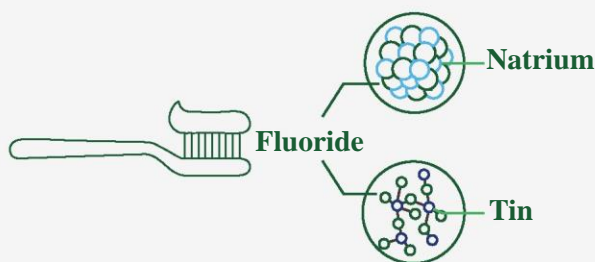
Aanbevelingen

- ☑ Dagelijks interdentaal reinigen, bij voorkeur met interdentale borsteltjes, wordt aanbevolen om plak en tandvlesontsteking te verminderen



Tandpasta's als chemische middelen tegen plak

Fluoridetandpasta's verminderen en voorkomen cariësvorming door hun multidimensionale werking



Tandpasta met tinfluoride:



Is effectiever in het onder controle houden van ontsteking dan andere fluoridesamenstellingen in tandpasta



Heeft antibacteriële eigenschappen

Het blijkt dat tandpasta met tinfluoride het volgende vermindert:



Tandplak



Slechte adem



Gevoelige tanden



Gingivitis



Tanderosie

Aanbevelingen

- ✔ Poets tweemaal daags met een antibacteriële fluoridehoudende tandpasta (bijvoorbeeld een met tinfluoride)



Mondspoelingen tegen plak

Chemische middelen tegen plak zijn over het algemeen effectiever wanneer ze worden afgegeven als mondspoeling

Mondspoelingen leveren:



Betere verspreiding naar moeilijk bereikbare plekken



Positieve impact op de mondgezondheid door vermindering van bacteriëmie door orale micro-organismen

Mondspoelingen kunnen antibacteriële ingrediënten bevatten die helpen plak onder controle te houden, zoals:

- Chloorhexidine
- Cetylpyridiniumchloride
- Essentiële oliën



Aanbevelingen

- ✔ Mondspoelingen met chloorhexidine, cetylpyridiniumchloride en essentiële oliën zijn het meest effectief voor parodontale therapie

Wat kan ik doen om gezond tandvlees te krijgen/behouden?



1. Bezoek uw tandarts tweemaal per jaar; informeer hem/haar over eventuele gezondheidsupdates van uw arts, met inbegrip van problemen met de mondhygiëne en een lopende behandeling
2. Poets je tanden twee keer per dag
3. Reinig elke dag tussen uw tanden met behulp van een interdentaal hulpmiddel
4. Gebruik speciale tandpasta's en/of mondspoelingen om het tandvlees gezond te houden
5. Leef gezond, eet gezonde voeding en rook niet

Referenties:

- Chapple, I. L.; Van der Weijden, F.; Doerfer, C. et al. (2015). Primary prevention of periodontitis: managing gingivitis. *Journal of Clinical Periodontology*, 42, S71-S76.
- Yaacob, M.; Worthington, H. V.; Deacon, S. A. et al. (2014). Powered versus manual toothbrushing for oral health. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (6).
- Rosema, N. A. M.; Slot, D. E.; Van Palenstein Helderma, W. H.; Wiggelinkhuizen, L.; Van der Weijden, G. A. (2016). The efficacy of powered toothbrushes following a brushing exercise: a systematic review. *International Journal of Dental Hygiene*, 14(1), 29-41.
- Pitchika, V.; Pink, C.; Völzke, H.; Welk, A.; Kocher, T.; Holtfreter, B. (2019). Long-term impact of powered toothbrush on oral health: 11-year cohort study. *Journal of Clinical Periodontology*, 46(7), 713-722.
- Slot, D. E.; Valkenburg, C.; Van der Weijden, G. A. (2020). Mechanical plaque removal of periodontal maintenance patients: a systematic review and network meta-analysis. *Journal of Clinical Periodontology*, 47, 107-124.
- Johannsen, A.; Emilson, C. G.; Johannsen, G.; Konradsson, K.; Lingström, P.; Ramberg, P. (2019). Effects of stabilized stannous fluoride dentifrice on dental calculus, dental plaque, gingivitis, halitosis and stain: a systematic review. *Heliyon*, 5(12), e02850.
- West, N. X.; He, T.; Zou, Y.; DiGennaro, J.; Biesbrock, A.; Davies, M. (2021). Bioavailable gluconate chelated stannous fluoride toothpaste meta-analyses: effects on dentine hypersensitivity and enamel erosion. *Journal of Dentistry*, 105, 103566.
- He, T.; Farrell, S. (2017). The case for stabilized stannous fluoride dentifrice: an advanced formulation designed for patient preference. *The Journal of Clinical Dentistry*, 28(4 Spec No B), B1-B5.
- He, T.; Anastasia, M. K.; Zsiska, M.; Farmer, T.; Schneiderman, E.; Milleman, J. L. (2017). In vitro and in vivo evaluations of the anticalculus effect of a novel stabilized stannous fluoride dentifrice. *The Journal of Clinical Dentistry*, 28(4), B21-B26.

Gepubliceerd door

WILEY

Bezoek periodontitis.knowledgehub.wiley.com
voor aanvullende bronnen

