



SAMENWERKING LEIDT TOT MOOIE RESULTATEN

Tandarts en diëtist kunnen elkaar versterken

Dat voeding en mondgezondheid met elkaar in verband staan, is bekend. Een samenwerking tussen tandarts en diëtist lijkt daarom logisch. Maar hoe moet zo'n samenwerking eruit zien en hoe kunnen tandarts en diëtist elkaar het beste aanvullen?

TEKST: LAURA JANSEN; BEELD: SHUTTERSTOCK

Een koekje bij elke maaltijd, omdat het kind in kwestie anders weigert te eten? Inge Ouwehand, tandarts bij Jeugd tandzorg West in de Haagse Schilderswijk, stond met haar oren te klapperen toen de ouders van dit meisje haar dit verhaal vertelden. Ouwehand heeft veel kinderen die pas net in Nederland zijn als patiënt. Veel van hen komen uit Polen, Bulgarije en Syrië en zijn nog nooit bij de tandarts geweest, of hebben er slechte ervaringen mee. Soms krijgt ze een patiënt met zo'n afwijkend eetgedrag dat het haar pet te boven gaat. Zoals het 'koekjeskind'. Behalve het advies om minder zoetmomenten in te laten, wist Ouwehand niet wat ze met dit patiëntje aan moest. "Als een ouder bij hoog en laag blijft beweren dat zijn kind anders niet eet, gaat dat in mijn ogen te ver om binnen de tandheelkundige setting op te lossen." Gelukkig lag een oplossing voor de hand. Sinds 2013 werkt Ouwehand samen met diëtist Liesbeth Smit, naar wie ze het patiëntje verwees. Een samenwerking waar beiden blij mee zijn. Voorheen werkte Smit vanuit haar eigen praktijk, die vanuit de tandartspraktijk zichtbaar is. Toch was het voor veel ouders een te grote stap om naar een ander pand te gaan als hun kind naar de diëtist werd verwezen. Sinds Smit eens in de twee

weken spreekuur houdt in de tandartspraktijk, gaat het beter. "Dit maakt het makkelijker om mensen te motiveren voor een afspraak bij de diëtist," zegt Ouwehand.

Samenhang

Voeding en mondgezondheid hangen zowel op directe als indirecte manier met elkaar samen, vertelt diëtist Louise Witteman. "Direct omdat het tanderosie of caries kan veroorzaken, indirect omdat voeding de gezondheid en mondgezondheid beïnvloedt. Witteman vindt dat er in de opleiding tot diëtist maar weinig aandacht aan mondgezondheid wordt besteed. Twee van haar vriendinnen zijn mondhygiënist en ze besloot zich meer in de combinatie voeding en mondgezondheid te verdiepen. Dat resulteerde in 2004 in een nascholing over voeding en mondgezondheid en het boek [CU] Voeding en mondgezondheid [CU], dat in 2014 verscheen. Momenteel beheert Witteman met mondhygiënist Tiffany Claus een app die tandartsen en mondhygiënisten helpt te voldoen aan de praktijkrichtlijnen. Wanneer verwijst je als tandarts naar een diëtist? Als de basisadviezen (onder andere zeven eet- en drinkmomenten per dag) niet aanslaan, zegt het Cariëspreventie advies van het Ivoren Kruis. Ook in het advies Droge





> mond uit 2007 van het Ivoren Kruis staat samenwerking met de diëtist genoemd. Hoe vaak Ouwehand een patiënt naar de diëtist verwijst is wisselend, maar gemiddeld is het spreekuur bij Smit, dat eens per twee weken op woensdagmiddag plaatsvindt, wel vol. Al is dat ook het maximale dat er uit te halen valt, denkt Ouwehand. Smit ziet in haar spreekuur, waarop gemiddeld vijf tot acht patiënten komen, vooral kinderen met cariës en tieners met tanderosie. Ook parodontitis komt een enkele keer voor. Witteman denkt dat tandartsen het voedingsgedeelte graag uitbesteden aan een diëtist, omdat het deels een ander vakgebied is. “Tandartsen kunnen natuurlijk zeggen dat suiker ongezond is, maar als je het advies geeft suiker te verminderen, moet je hierover aanvullende uitleg geven. Ook spelen psychologische aspecten vaak een rol bij de voedselkeuze.” Een tandarts kan een patiënt ook naar de diëtist verwijzen als deze last heeft van een droge mond of kauw- en slikproblemen heeft, bijvoorbeeld als gevolg van hoofd- halskanker (zie kader). Ook aften zijn een probleem waarbij de diëtist kan helpen. Witteman: “Als je Zendium hebt geprobeerd en andere oorzakelijke

factoren van aften hebt uitgesloten, kan vitamine B-12 suppletie bij aften werken. Ook bij overgevoeligheid die weerslag heeft op de mond en bij reflux oesophagitis, die de kans op tanderosie verhoogt, kan de hulp van een diëtist worden ingeroepen, net als bij smaak-, reuk- en voedingsstoornissen. Verder kan bij parodontitis worden gekeken of met voeding de weerstand kan worden verhoogd, bijvoorbeeld als protocollaire behandeling onvoldoende aanslaat.”

Aanvulling

In een blog op de site van Louise Witteman schrijft Smit dat ze de samenwerking tussen tandarts en diëtist een logische stap vindt. Waarom? “Als diëtist kan ik een gedragsverandering bij mensen in gang zetten. Ik merk dat bij de tandarts gesprekken over voeding vaak niet het gewenste resultaat opleveren. Tandartsen gaan eerst zelf aan de slag, en als dat niet lukt of het te complex is, komen patiënten bij mij terecht. In een consult vraag ik ook altijd naar het poetsgedrag, dus dat versterkt de samenwerking tussen de tandarts en mij.” Witteman denkt dat een diëtist beter kan uitleggen waar in de voeding een verbetering kan worden aangebracht. Ook is een diëtist beter op de hoogte van alternatieven voor producten. In de ideale samenwerking wordt in haar ogen gebruikgemaakt van digitale middelen, zoals een online portal waar een patiënt met vragen terecht kan en niet een week op een antwoord hoeft te wachten. “Daarnaast is het fijn als er een klik is tussen tandarts en diëtist en moeten ze op hetzelfde level zitten.” Tandarts en diëtist hoeven volgens Witteman niet per se in hetzelfde pand te zitten. Nadelen aan de samenwerking tussen tandarts en diëtist ziet Smit eigenlijk niet, al zou een mogelijk nadeel kunnen zijn dat tandartsen er minder werk door krijgen. Toch ziet ze dit niet direct als een probleem. “Dan kan ik mijn eigen vak ook wel afvlakken: als ik mensen help met afvallen, zie ik hen ook niet meer terug. Als

Kookboekje hoofd-halskanker

Op 1 december werd het derde deel in de serie kookboekjes ‘Als eten even moeilijk is’ gepresenteerd, waarin recepten te vinden zijn voor patiënten met hoofd-halskanker. Met dit boekje willen de makers – twee ervaringsdeskundigen, twee diëtisten en een kok – genieten van eten op de eerste plaats zetten. Door een bijdrage van team Dental Runners, dat in juni 2016 voor de vijfde keer meedeed aan de Roparun, is het boekje tot stand gekomen. Bestellen kan onder andere via bol.com.



Samenwerken met een diëtist?

Witteman denkt dat er nog niet veel tandartsen en diëtisten samenwerken. "Als ik op een congres vraag welke tandarts dat al doet, reageert er bijna niemand." Via haar site voedingenmondgezondheid.nl zijn al verschillende samenwerkingen tot stand gekomen. Tandartsen met interesse voor samenwerking met een diëtist of die hier meer informatie over willen hebben, kunnen contact opnemen met Witteman: boek@voedingenmondgezondheid.nl. Voor (vragen over) samenwerking of bijvoorbeeld trainingen over voeding en mondgezondheid kan contact worden opgenomen met Liesbeth Smit: liesbethsmit@primavoeding.nl.

tandarts en diëtist werk je allebei naar een beter gebit en betere gezondheid, dus ik denk niet dat dit een issue is." Smit stuurt de tandarts altijd een rapportage over de behandeling. Andersom is dat nog niet het geval. Dat zou volgens Smit dan ook een verbeterpunt zijn. Witteman ziet als mogelijk nadeel een stroeve of geen communicatie tussen tandarts en diëtist. "Als een patiënt van de tandarts het een te horen krijgt en van de diëtist het andere, volgt hij het advies niet op, want tegenstrijdige adviezen maken onzeker en betekenen dat er niks wordt gedaan." Ook is het volgens Witteman belangrijk dat een tandarts met een diëtist samenwerkt die zich in mondgezondheid heeft verdiept.

Resultaten

De samenwerking tussen Ouwehand en Smit heeft al tot mooie resultaten geleid. Zo eet het 'koekjeskind' inmiddels normaal. Meer algemeen genomen zijn cariës en tanderosie bij veel kinderen in de praktijk van Ouwehand verminderd. Zou elke tandarts daarom een samenwerking met een diëtist moeten aangaan? Ouwehand: "We werken met een vrij specifieke doelgroep. Volwassenen staan er misschien toch anders in: ouders zijn denk ik sneller geneigd om advies over hun kind te accepteren dan advies over zichzelf."

Ook denkt ze dat de vraag in haar praktijk naar voedingsadviezen groter is dan bij de gemiddelde tandartspraktijk in Nederland: "Toch denk ik dat het wel heel handig is om als tandarts contact te hebben met een diëtist. Een tweewekelijks spreekuur, zoals wij dat hebben, is dan niet nodig. Maar contact met een vaste diëtist maakt het wel makkelijk. Als je dan een patiënt hebt waarbij je er zelf niet uitkomt, kun je de patiënt verwijzen." Ook Smit raadt tandartsen aan de samenwerking met een diëtist aan te gaan. "Ik denk dat we elkaar op veel vlakken kunnen versterken. En je biedt als tandarts een extra service met een diëtist in huis." Iets waar Witteman zich bij aansluit.

Campagne voor gezonde voeding bij kinderen

Koen Joosten is kinderarts in het ErasmusMC en voorzitter van de commissie voeding van de Nederlandse Vereniging van Kindergeneeskunde. Vanuit die commissie is begin dit jaar het platform 'Gezonde Voeding voor 0 tot 4 jarigen' opgericht. Joosten: "We vinden dat er veel meer voorlichting moet worden gegeven over gezonde voeding, dat wordt voor de jongste groep kinderen nog weinig gedaan." Een van de campagnes die de commissie heeft opgepakt gaat over groente inname bij jonge kinderen, wat volgens Joosten een kapstok is voor een gezonde levensstijl. "Er is een enorme disbalans in het innemen van groente en andere voedingsmiddelen. Kinderen vinden zoet heerlijk, en daar zit het raakvlak met de tandheelkunde. In de pakjes drinken die kinderen vaak meekrijgen naar school zitten vijf suikerklontjes! Dat verpest de eetlust en leidt tot tandbederf. Daar komen de werelden bij elkaar." Er zitten (nog) geen tandartsen in het platform gezonde voeding, maar Joosten vindt het wel belangrijk hen er bij te betrekken. Hij stelt voor dat tandartsen in de wachtkamers van hun praktijk reclame maken voor gezonde voeding. "We kunnen veel van elkaar leren en moeten met elkaar optrekken om dit probleem op te lossen." Op 8 september vindt in Den Haag het Healthy Food Congress plaats. Op dit congres, dat toegankelijk is voor iedereen die gezonde voeding een warm hart toedraagt, worden verschillende aspecten van gezonde voeding belicht. Meer informatie en aanmelden: www.healthyfoodcongress.com.



- www.voedingenmondgezondheid.nl
- http://www.ivorenkruis.nl/userfiles/File/lvK_Advies_Cari_spreventie.pdf

