

Parodontitis: de vaak vergeten

TEKST: REDACTIE DIABETESPRO

‘De relatie tussen diabetes en parodontitis is veelvuldig wetenschappelijk onderzocht’, vertelde parodontoloog Nina Nijland tijdens de Nederlandse Diabetes Dag op 8 november jl. ‘De prevalentie van parodontitis ligt duidelijk hoger bij patiënten met een slecht gereguleerde diabetes. Andersom geldt hetzelfde, patiënten met ernstige parodontitis hebben een grotere kans op diabetes.’

De vaak vergeten complicatie van diabetes en het positieve effect van behandeling ervan. Dat was de titel van de presentatie die parodontoloog Nina Nijland gaf. Ze toonde onder meer de resultaten van de ACTA-studie van Koshi (2023) waarin bij 88 tandartspatiënten zonder parodontitis, 61 mensen met milde parodontitis en 44 mensen met ernstige parodontitis het HbA1c werd bepaald. In een zelfrapportage gaf 3,4% van de mensen zonder parodontitis, 9,8% met milde parodontitis en 9,1% met ernstige parodontitis aan diabetes type 2 te hebben. Na screening op HbA1c bleken de aantallen aanzienlijk hoger, namelijk respectievelijk 10,2%, 18,3% en 20,5%. Dit houdt in dat bij de mensen met parodontitis grofweg twee keer zoveel diabetes voorkomt dan bekend is bij henzelf en bij de behandelaars. Hoe ernstiger de parodontitis, hoe hoger de prevalentie van diabetes. Wanneer het HbA1c daalt, verbetert de mondgezondheid. Het

advies aan tandartsen is bij vermoeden op diabetes door te verwijzen, en voor (huis)artsen en diabetesverpleegkundige bij een slechte mondgezondheid naar de tandarts te verwijzen.

SYMPTOMEN VAN PARODONTITIS

Bij parodontitis zijn het tandvlees en het onderliggend kaakbot ontstoken. Het kaakbot is nodig om de tanden en kiezen vast te houden. Door de ontsteking kan het kaakbot terugtrekken waardoor tanden en kiezen los komen te staan en uiteindelijk kunnen uitvallen. De eerste verschijnselen van parodontitis worden zelden door de patiënt opgemerkt. Het doet vaak geen pijn. Mensen kunnen last hebben van bloedend tandvlees, bijvoorbeeld als ze een tandenstoker of flosdraad gebruiken. Bloedend tandvlees hoeft nog geen parodontitis te zijn. Het kan ook ontstoken tandvlees (gingivitis) zijn, een voorstadium van parodontitis. De tandarts controleert bij

Risicofactoren voor parodontitis

- ▶ Genetische aanleg
- ▶ Ongezonde leefstijl, als ongezond eten, roken, stress, weinig beweging
- ▶ Systemische aandoeningen zoals diabetes (slechte diabetesregulatie), obesitas en hart- en vaatziekten
- ▶ Slechte mondzorg

- ▶ **Nina Nijland heeft na het behalen van haar MSc Tandheelkunde in Amsterdam een driejarige specialisatie parodontologie gevolgd. Naast haar werk al parodontoloog begeleidt ze stagiaires en studenten en is zij onderzoeker bij het Academisch Centrum Tandheelkunde Amsterdam**



complicatie van diabetes

iedere controle de conditie van het tandvlees. Als gingivitis in een vroeg stadium wordt ontdekt, kunnen mensen er zelf veel aan doen om te voorkomen dat ze parodontitis krijgen.

WAT IS GOEDE MONDZORG?

Mensen hebben zelf veel invloed op hun mondgezondheid. Goed poetsen is belangrijk, de mond moet tenminste een keer per dag helemaal schoon zijn. Voor mensen met een goede afweer volstaat het om twee keer per dag twee minuten te poetsen met de juiste poetstechniek en tussen de tanden schoon te maken met bijvoorbeeld houten tandenstokers. Bij het poetsen is het belangrijk om ook de overgang van de tanden naar het tandvlees mee te nemen, want daar nestelen zich vaak bacteriën. Voor mensen met parodontitis neemt een goede mondhygiëne meer werk in beslag. Naast het poetsen is het dan nodig de ruimtes tussen de tanden uitgebreid te reinigen met ragertjes.

Succesvolle behandeling van parodontitis verlaagt het HbA1c met ongeveer 0.5%

VRAGEN OM TE SCREENEN

De NHG-Standaard Diabetes mellitus type 2 adviseert mensen met diabetes om tweemaal per jaar de tandarts en/ of mondhygiënist te bezoeken. Informeer of mensen dit ook daadwerkelijk doen. Nina Nijland adviseerde in haar presentatie om de screeningstool [parodontitiscreening.nl](https://www.parodontitiscreening.nl) te gebruiken. Dit is een online calculator waarmee zorgprofessionals mensen op een eenvoudige manier kunnen screenen op parodontitis. Hier worden onder meer de volgende vragen gesteld:

- ▶ Denkt u dat u een tandvleesaandoening heeft, ook wel gingivitis of parodontitis genoemd?
- ▶ Hoe zou u over het algemeen genomen de gezondheid van uw tanden en tandvlees beoordelen?

- ▶ Bent u wel eens voor een tandvleesaandoening behandeld, soms ook wel diep schoonmaken of pocketbehandeling genoemd?
- ▶ Heeft u wel eens loszittende tanden gehad zonder dat daar een ongeluk of trauma aan vooraf ging?

De uitslag van deze screening kan mensen motiveren om de tandarts te bezoeken.

PARODONTITIS BEHANDELEN

Een onderzoek naar de effecten van parodontale behandeling op de glykemische controle bij voornamelijk mensen met diabetes type 2 en parodontitis liet zien dat de behandeling van parodontitis een HbA1c-daling gaf van 0.5% (5.4 mmol/mol) na twaalf maanden (1). De studie vergeleek de glykemische controle van mensen met parodontitis en diabetes die een parodontale behandeling met behulp van subgingivale instrumentatie kregen, met die van mensen die geen behandeling of gebruikelijke zorg kregen.

DRUGE MOND

Een andere klacht waar mensen met diabetes last van kunnen hebben, is een droge mond. In speeksel zitten afweerstoffen. Die beschermen de mond tegen ontstekingen. Een verminderde speekselproductie (hyposialie) verhoogt de kans op schimmelinfecties, een pijnlijke mond, tanderosie (slijtage van gebitsellemen door het oplossen van het tandglazuur), cariës en ontstekingen. Iemand met te weinig speeksel kan ook moeite krijgen met praten, eten, proeven en slikken. Het advies bij een droge mond is om vaak kleine slokjes water te drinken. Dit kan ertoe leiden dat mensen 's nachts vaak naar het toilet moeten. Het gebruik van kunstspeeksel kan dan verlichting bieden, hoewel de wetenschappelijke onderbouwing hiervan beperkt is en deze middelen niet worden vergoed door de zorgverzekeraar. Er bestaan ook speciale speekselspreekuren. ◀

REFERENTIE

1. Simpson R, et al. Treatment of periodontitis for glycaemic control in people with diabetes mellitus. Cochrane Database of Systematic Reviews. 2022;4:CD004714.