

IN DE STOEL BIJ EEN OUDERENTANDARTS



Bang voor de tandarts, wie kent het gevoel niet? Voor mensen met dementie, die soms niet meer begrijpen wat de tandarts gaat doen, kan een tandartsbezoek nog meer spanning opleveren. Soms is dat reden om niet te gaan. Tandarts Peter de Goede is gespecialiseerd in kwetsbare ouderen en komt bij mensen thuis. 'Ik lach, geef een complimentje en zing soms een liedje. Ze zien altijd een vrolijk gezicht.'

'De mond is het laatste wat nog functioneert als je achteruitgaat. Kauwen, praten, kussen, lachen: overal heb je je mond bij nodig,' vertelt Peter de Goede. Hij is een van de twintig ouderentandartsen in Nederland. Als specialist richt hij zich op de mondzorg bij ouderen, vooral mensen met dementie. 'Als we ouder worden, verandert de

samenstelling van ons speeksel en neemt de hoeveelheid af. Daardoor ontstaat een droge mond, met meer kans op schimmel, tandbederf, vieze adem en ontstekingen. Een belangrijke oorzaak van tandbederf en gaatjes.' Toch gaat de helft van de 1,2 miljoen Nederlandse ouderen niet (meer) naar de tandarts. Onder andere door fysieke beperkingen. Bij mensen met dementie spelen nog extra problemen, weet De Goede. 'De mondhygiëne neemt af. Poetsen wordt vergeten of gebeurt minder grondig. Ondertussen neemt de suikerbehoefte toe, en dus het snoepgedrag.' Ook deze groep ouderen slaat het tandartsbezoek liever over. 'Ze denken dat een behandeling pijn doet, of dat het tandvlees gaat bloeden. Ook begrijpen ze vaak niet wat de bedoeling is.'

Tussen wal en schip

Sinds tien jaar houdt De Goede praktijk in verpleeghuizen in Den Bosch. Daar gaat het goed, maar onder zo'n 300.000 thuiswonende ouderen niet. Hun mondzorg is matig tot slecht, zeker als ze lijden aan dementie. 'Veel mantelzorgers vinden mondverzorging te intiem', legt De Goede uit. 'Ook weten ze niet precies hoe je de mond moet verzorgen.' En ontstaan er klachten, dan staan huisartsen, geriateren en reguliere tandartsen vrij machteloos. 'De tandarts krijgt zijn patiënt niet meer naar de praktijk, een huisarts of geriater weet te weinig van gebitsproblemen bij ouderen. Kortom, de oudere patiënt belandt tussen wal en schip.' Daarom werkt hij sinds kort samen met huisartsen, geriateren en tandartsen in Den Bosch.

Geen keukenpraktijk

Steeds vaker krijgt De Goede de vraag of hij een huisbezoek kan doen. Daar ziet hij schrijnende situaties. Mensen die pijn lijden, niet meer kunnen eten, eenzaam zijn. Bijvoorbeeld omdat ze niet

meer met anderen durven of kunnen praten. 'Geen zorgen, ik boor geen gaatjes vanaf een keukenstoel', lacht hij. 'Ik kijk alleen welke behandeling nodig is en geef advies aan de eigen tandarts. Ook de thuiszorgmedewerker of mantelzorger geef ik tips. De patiënt motiveer ik om nu écht naar de tandarts te gaan, zodat zijn of haar mondgezondheid stabiliseert. Niet met ingewikkelde ingrepen, maar met eenvoudige zorg en middelen.' Het tandartsbezoek moet laagdrempelig zijn, vindt hij. 'Niet drie keer heen en weer rijden voor aparte afspraken, maar het liefst in één keer klaar zijn. Dat is mijn insteek.'

Vrolijk gezicht

De benadering van een patiënt is minstens zo belangrijk. 'Geruststellen, daar draait alles om. Ik maak oogcontact, lach, geef een complimentje en zing soms een liedje. Ze zien altijd een vrolijk gezicht.' Zijn aanpak, met speciale aandacht voor ouderen, is uniek in Nederland. De Goede hoopt dat meer steden het voorbeeld zullen volgen. Het bewustzijn groeit, merkt hij, juist ook voor mensen met dementie. Zo komt er een extra hoofdstuk over mondzorg in het Doorleefplan Dementie van geriater Paul Dautzenberg: een praktische 'handleiding' voor een zinvol leven. 'Daar ben ik blij mee. Mijn missie is dat ook mensen met dementie zo goed mogelijk kunnen doorleven.' Preventie is het toverwoord, want 'een gezonde mond is veel makkelijker te onderhouden dan een ongezonde.'

Kijk daarom meer naar elkaar om, adviseert hij. 'Zeker als mensen in je omgeving zich terugtrekken.' Als ouderentandarts is hij pas écht blij als kwetsbare ouderen weer lekker meedoen. 'Een taartje eten, lachen met vrienden, een kopje thee drinken. Genieten van de kleine dingen. Want daar draait het leven om.' ■



OVER PETER DE GOEDE

Peter de Goede (63) is ouderentandarts (tandarts-geriatrie) bij ouderenpraktijk ViTand. Ook werkt hij op diverse locaties van woonzorginstelling Vivent en Van Neynsel, in de regio Den Bosch. Daarnaast is hij docent aan de Academie Voor Zorgend Nederland (AVZN). Niet alleen in Den Bosch, maar in heel Nederland maakt hij zich hard voor betere mondzorg voor kwetsbare ouderen, vooral mensen met dementie. De Goede krijgt een subsidie van het ministerie van VWS om zijn netwerk uit te breiden, bijvoorbeeld via scholing, lezingen en onderzoek.

POETSEN MET ZORG

Meer weten over de juiste mondverzorging? Voor uzelf of een naaste? Handige tips en video's vindt u op www.allesoverhetgebit.nl