

# Mondhygiëne

U wordt bestraald in verband met een aandoening in het hoofd/hals gebied.

Door deze bestraling (radiotherapie) kunnen er een aantal bijverschijnselen optreden in uw mond.

Dit willen wij tot een minimum beperken door u, voorafgaand aan de bestraling, te screenen op ontstekingen in de mond. Er is een röntgenfoto gemaakt van uw gebit en kaken. Tand en kiezen die slecht zijn en die een risico zouden kunnen geven op infectie worden van tevoren verwijderd.

Tevens kan het zijn dat er tanden en kiezen zijn verwijderd die in het bestraalde gebied liggen en waarvan we verwachten dat die in de toekomst problemen gaan geven. Dit wordt gedaan om eventuele problemen aan uw gebit tijdens en na de bestraling te voorkomen. Bij sommige patiënten worden voorafgaand aan de bestraling 2 of meerdere implantaten geplaatst, zodat na de bestraling een goed passend kunstgebit kan worden gemaakt.

## Voor de bestralingsperiode

Mensen met eigen tanden en kiezen worden voorafgaand aan de bestraling door de mondhygiënist behandeld. Er worden afdrukken genomen om speciale fluoridekappen voor u te maken. Mensen met kroon/brugwerk en/of amalgaamvullingen of een opbouw op implantaten (waar de prothese op vast klikt) in het bestraalde gebied, krijgen extra kunststofkappen.

Deze scatteringskappen draagt u tijdens de bestraling en zijn bedoeld om de teruggekaatste elektronen (scatters) in te vangen. Ze moeten dan ook al worden gedragen als het bestralingsmasker wordt aangemeten. Tevens vindt er een gebitsreiniging plaats om een schone en ontstekingsvrije mond te verkrijgen.

## Tijdens de bestraling

Gedurende de bestralingsperiode heeft u wekelijks een afspraak bij de mondhygiënist in Maastricht. Uw mond wordt gereinigd met behulp van een Ritterspray (een soort hogedrukspuit). Verder wordt uw mond gecontroleerd en worden er waar nodig tips en adviezen gegeven.





## Bijverschijnselen die kunnen optreden tijdens de bestraling

### Mucositis

Mucositis is een irritatie van het mondslijmvlies (in dit geval door de bestraling veroorzaakt) die kan overgaan in een ontstekingsreactie. Om dit zoveel mogelijk tegen te gaan, adviseren wij u te spoelen met een oplossing van zout en gezuiverde soda/bakingsoda.

Het is de bedoeling dat u 8 tot 10 keer per dag uw mond gaat spoelen. U maakt dit spoelmiddel door 1 liter water aan de kook te brengen. Vervolgens voegt u hier 1 theelepel zout (keukenzout) en 1 theelepel gezuiverde soda (bijv. van het merk Driehoek) / bakingsoda aan toe. Indien het niet mogelijk is met zout, soda of bakingsoda te spoelen, overleg dit met de mondhygiënist.

Kort samengevat:

- 1 liter water koken. 1 theelepel zout + 1 theelepel gezuiverde soda/bakingsoda toevoegen.
- 8 tot 10 keer per dag spoelen

### Droge mond (xerostomie)

Door de bestraling kunnen speekselklieren worden aangetast en hierdoor minder of anders gaan werken. Het speeksel kan schuimig, slijmerig of taaier worden. Spoelen helpt uw mond vochtig te houden en zodoende te reinigen. Wanneer u last heeft van een extreem droge mond kunt u gebruik maken van kunstspeeksel. Uw mondhygiënist kan u daarover adviseren en u verschillende producten aanbevelen, deze worden helaas niet door de zorgverzekeraar vergoed.

Verder heeft speeksel als belangrijke functie het beschermen van uw tanden en kiezen tegen gaatjes. De tanden en kiezen moeten daarom extra worden beschermd, door gebruik te maken van een neutrale fluoridegel.

### Tongbeslag

In de groeven van de tong leven veel bacteriën. Als de mond droog wordt kan het beslag op de tong sneller uitgroeien. Dit geeft meer kans op schimmelinfecties. Met een handtandenborstel of tongschraper kunt u uw tong reinigen en de aanslag verwijderen.

### Smaakverlies

Verlies of verandering van smaak kan al in de eerste week van de bestraling optreden. De smaken die het eerst veranderen zijn zoet en zout, daarna zuur en bitter. Let erop dat u niet te sterk gekruide of zure voedingsmiddelen gebruikt, want deze kunnen de slijmvliezen irriteren.

### Trismus (beperkte mondopening)

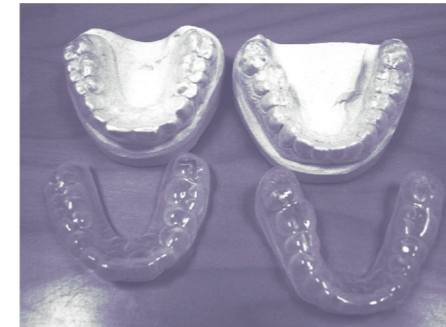
Wanneer u bestraald wordt in de buurt van uw kauwspieren en/of vlak voor de bestraling bent geopereerd kan er een beperkte mondopening ontstaan.

Het is belangrijk tijdens de bestralingsperiode oefeningen te doen. Dit kan met een speciaal apparaat (Therabite). Dit hulpmiddel moet worden aangevraagd via de mondhygiënist. U kunt ook oefeningen doen met spatels en/of uw eigen vingers om de mondopening zo groot mogelijk te houden. De mondhygiënist kan u daarover informeren.

## Gebruik van de fluoridegel

Enkele druppels fluoridegel in de fluoridekappen is al voldoende. U kunt de gel gelijkmatig verdelen met behulp van een wattenstaafje. De kappen dient u 5 minuten in de mond te laten zitten en dient u om de dag te gebruiken. Bij voorkeur gebruikt u de fluoride kappen na het poetsen, vóór het slapen gaan. Na het gebruik van de kappen dient u minimaal 30 minuten niet te eten, drinken, spoelen en/of poetsen.

Belangrijk is dat u ten minste gedurende één jaar na de laatste bestraling de fluoridekappen blijft gebruiken. Na een jaar zal de mondhygiënist bekijken of u kunt afbouwen met het fluoridegebruik en is het mogelijk dat u wordt doorverwezen naar een speekselcentrum. Wanneer klachten met betrekking tot een droge mond aanhouden, is het belangrijk om de fluoridekappen levenslang te blijven gebruiken. Dit om uw glazuur tegen gaatjes te beschermen.





## Advies voor prothesedragers

Tijdens de bestralingsperiode raden wij af uw prothese en/of gedeeltelijke prothese te dragen. Dit geldt met name voor het ondergebit. Het uitlaten van de prothese bevordert de mondhygiëne en voorkomt beschadigingen van de bestraalde slijmvliezen. Bij te vroeg dragen van de prothese of het snel laten vervaardigen van een nieuwe prothese kunnen problemen ontstaan. Het kaakbot kan daardoor worden geprikkeld, zodat er een kaakbotontsteking (osteoradionecrose) kan ontstaan. Deze kaakbotontstekingen zijn zeer moeilijk te behandelen.

In overleg met de tandarts van het Centrum voor Bijzondere Tandheelkunde van de poli mondziekten, kaak- en aangezichtschirurgie wordt bepaald wanneer u de prothese weer mag dragen. Over het algemeen is dit niet eerder dan 6 weken na de laatste bestraling, wanneer er met een hoge dosis in het onderkaakbot bestraald wordt. Bij patiënten waarbij voor de bestraling geïmplanteerd is wordt 2 à 3 maanden na de laatste bestraling begonnen met het vervaardigen van de nieuwe prothese, vrijleggen van implantaten etc.

## Na de bestralingsperiode

Mensen met implantaten of eigen tanden en kiezen krijgen na minimaal 6 weken na de laatste bestraling een afspraak bij de mondhygiënist. Het spoelen dient nog 2 weken aangehouden te worden met de oplossing van zout en soda/baking soda of een van de andere spoelmiddelen die u gebruikte tijdens de bestralingsperiode mits de mondhygiënist u anders adviseert. Verder moet u het fluoridebeleid het eerste jaar om de dag worden aangehouden. Heeft u daarna nog steeds last van een droge mond dan dienen de fluoridekappen voortgezet te worden.

U kunt ook weer naar uw eigen tandarts voor de reguliere controle en/of behandelingen. Wel moet u goed onthouden dat uw tandarts nooit in het bestraalde gebied een tand of kies mag verwijderen zonder overleg met de kaakchirurg van het MUMC+ en/of tandarts van het Centrum voor Bijzondere Tandheelkunde van de poli mondziekten, kaak- en aangezichts chirurgie of de radiotherapeut-oncoloog van Maastrro. De reden hiervoor is dat, vanwege de hoge dosis straling, de genezing van het bot niet meer hetzelfde is als voor de bestraling. Er bestaat een verhoogt risico op een kaakbotontsteking na het trekken van een tand of kies.

### Heeft u vragen?

Mondhygiënist MUMC+, poli Mond-, Kaak- en Aangezichts chirurgie: 043 - 387 52 00  
Doktersassistente Maastrro: 088 - 44 55 600.

Maastrro  
Dr. Tanslaan 12  
6229 ET Maastricht

P.O. Box 3035  
6202 NA Maastricht

T +31 088 - 44 55 600  
F +31 088 - 44 55 667

Uitgave juli 2019

