

Samenvatting Advies Cariëspreventie

Het advies Cariëspreventie bestaat uit twee onderdelen. Het eerste onderdeel geldt voor iedereen met eigen tanden en kiezen, van jong tot oud, om een gezonde mond te behouden. Het tweede onderdeel is aanvullend en geldt specifiek voor mensen met cariësactiviteit.

ADVIES VOOR IEDEREEN

MONDVERZORGING & FLUORIDE:

Adviseer de tanden en kiezen 2x per dag te poetsen gedurende 2 minuten met fluoridetandpasta. De te gebruiken tandpasta is afhankelijk van de leeftijd.

VOEDING:

Adviseer volgens de richtlijnen Goede Voeding zoals verwoord op de [website](#) van het Voedingscentrum.

0 tot en met 4 jaar:

- Adviseer te poetsen vanaf het doorbreken van de eerste tand.
- Adviseer maximaal 0,5 - 1 cm fluoridepeutertandpasta (500 - 750 ppm fluoride) te gebruiken afhankelijk van het aantal gebitselementen.
- Adviseer ouders/verzorgers op te letten dat tandpasta wordt uitgespuugd na het poetsen.

- Adviseer vanaf het moment dat kinderen vast voedsel gebruiken maximaal 5x per dag te eten of drinken. Dit zijn 3 hoofdmaaltijden (ontbijt, lunch, avondeten) en maximaal 2 tussendoortjes per dag.
- Adviseer geen voeding of drinken, behalve water, na het laatste tandenpoetsen mee naar bed te nemen/geven.

5 jaar en ouder:

- Adviseer maximaal 1-2 cm fluoridetandpasta (1.000 – 1.500 ppm fluoride) te gebruiken. Dit kan een junior- of kindertandpasta zijn of een tandpasta voor volwassenen.
- Adviseer ouders/verzorgers de tanden van kinderen 's avonds (na) te poetsen tijdens de gehele basisschoolperiode.

- Adviseer maximaal 7x per dag te eten of drinken. Dit zijn 3 hoofdmaaltijden (ontbijt, lunch, avondeten) en maximaal 4 tussendoortjes per dag.
- Adviseer na eten of drinken minstens 2 uur niets nemen.
- Adviseer geen voeding of drinken, behalve water, na het laatste tandenpoetsen mee naar bed te nemen/geven.

ADVIES BIJ CARIËSACTIVITEIT

Als er cariësactiviteit is of dreigt, zijn wellicht aanvullende maatregelen nodig om de activiteit te doen afnemen. Hierover moet worden overlegd met de patiënt om na te gaan welke aanvullende maatregelen daarvoor het beste passen. Verbetering van de zelfzorg staat altijd voorop.

MONDVERZORGING & FLUORIDE:

- Geef individuele begeleiding in gedragsverandering. Stel samen met de patiënt afspraken voor zelfzorg op ('Doe Het Zelfies'). Belangrijk hierbij zijn het aantal keren poetsen op een dag, het moment van poetsen en de juiste manier van poetsen.
- Adviseer de maximale hoeveelheid tandpasta te gebruiken, passend bij de leeftijdsgroep. Bij kinderen van 0 - 4 jaar adviseren van maximaal 0,5 - 1 cm tandpasta met een hogere fluorideconcentratie (1.000 - 1.500 ppm fluoride).
- Vaker fluoride laten gebruiken, tot maximaal 4 keer per dag. Dit kan bijvoorbeeld door extra tandenpoetsen of spoelen met een fluoridemondspoeeling (circa 225 ppm fluoride).
- Tijdelijke professionele fluoridetoepassingen kunnen overwogen worden op indicatie. Bijvoorbeeld als (nog) niet duidelijk is wat de oorzaak van de cariësactiviteit is of als het risico op cariës niet kan worden verlaagd.
- Vanaf 6 jaar en ouder 1x in de week Elmex Medical (12.500 ppm fluoride) en voor jongeren van 16 jaar en ouder en volwassenen tandpasta met 5.000 ppm fluoride. Alleen op indicatie. Beide zijn op recept verkrijgbaar. Lees de bijsluiters zorgvuldig.

VOEDING:

- Overweeg individueel voedingsadvies op basis van een voedingsdagboek, te vinden op de website van het Ivoren Kruis.
- Overweeg verwijzing naar een diëtist. Via de [website](#) van de NVD zijn diëtisten in de buurt te vinden.

Voor patiënten die tot bijzondere zorggroepen behoren, zijn aparte richtlijnen en adviezen opgesteld. Deze zijn beschikbaar op bijvoorbeeld de website van het Ivoren Kruis en KIMO. Ook van belang zijn de SKILZ¹ richtlijn Mondverzorging en de NVvO² richtlijn White spot laesies.

¹ SKILZ is de Stichting Kwaliteitsimpuls Langdurige Zorg.

² NVvO is de Nederlandse Vereniging van Orthodontisten.

Advies Cariëspreventie

Ga bij ieder Periodiek Mond Onderzoek (PMO) na of er sprake is van cariësactiviteit.

GEEN CARIËSACTIVITEIT

Ga na of het 'advies voor iedereen' (basisadvies) correct wordt opgevolgd.

Ga bij ieder Periodiek Mond Onderzoek (PMO) na of er sprake is van cariësactiviteit.



Complimenteer de patiënt en stimuleer deze door te gaan op deze manier.

Het 'advies voor iedereen' wordt niet correct opgevolgd waardoor er risico op ontstaan van cariës is.



Noteer uw bevindingen in het patiëntendossier en bespreek waarom het de patiënt niet lukt om het 'advies voor iedereen' te volgen.

Laat de patiënt oplossingen aandragen en maak afspraken voor zelfzorg 'Doe-Het-Zelfies'.

CARIËSACTIVITEIT³

Ga zorgvuldig na of het 'advies voor iedereen' (basisadvies) echt correct wordt opgevolgd. Intensieve bevraging, plaque- en gingivitiscore, controle van poetsfrequentie, tandpasta en voedingsdagboek

Het 'advies voor iedereen' wordt niet correct opgevolgd.



Spoor drempels voor implementatie op. Behoort de patiënt tot een bijzondere zorggroep? Intensiveer en individualiseer samen met de patiënt het advies. Maak afspraken voor zelfzorg 'Doe-Het-Zelfies'.

Het 'advies voor iedereen' wordt correct opgevolgd.



Spoor de extra risicofactoren op bijvoorbeeld via onderzoek naar algemene gezondheid, speekselonderzoek, geneesmiddelengebruik.

Richt u op extra preventieve maatregelen waar nodig.*

Indien nodig (ter overbrugging) professionele fluoride-toepassingen

- * Andere mogelijk toepasselijke richtlijnen en adviezen zijn onder meer:
- KIMO richtlijn Jeugdigen preventie en behandeling van cariës
 - KIMO richtlijn Wortelcariës bij ouderen
 - KIMO richtlijn Xerostomie en hyposalie gerelateerd aan medicatie en polyfarmacie
 - SKILZ richtlijn Mondverzorging
 - NVvO richtlijn White spot laesies
 - adviezen voor bijzondere zorggroepen
 - advies Droge mond

³ Cariësactiviteit is de aanwezigheid van actieve glazuur- en/of dentinelaesies, de progressie van de laesies en/of de ontwikkeling van nieuwe cariëslaesies. Zie de beschrijving van actieve en arrested laesies, zoals opgenomen in de in KIMO richtlijn voor Jeugdigen diagnostiek, 2019.