

# Meer aandacht nodig voor een goede mond- en tandhygiëne

Druggebruik, zowel legaal als illegaal, heeft een verwoestend effect op de algemene gezondheid en in het bijzonder op de fysieke gezondheid.

*Als we focussen op de risico's voor neus-keel-oor: bij iemand die bijvoorbeeld regelmatig cocaïne snuift kan het neusslijmvlies beschadigd raken. Die persoon zal tevens vaker bloedneuzen krijgen en ook de reuk, geur en smaak worden slechter. Er bestaat zelfs een risico op perforatie van het verhemelte en neustussenschot als gevolg van cocaïnegebruik.*

In deze bijdrage gaan we specifiek in op de mondgezondheid. De mond is een weerspiegeling van de algehele gezondheid, en wanneer deze wordt aangetast door schadelijke stoffen, kunnen de gevolgen onomkeerbaar zijn.

Hierna bespreken we dus hoe het gebruik van middelen zoals alcohol, cocaïne, crack, methamfetaminen, opioïden, cannabis en zelfs bepaalde medicijnen zoals antidepressiva, een ernstige impact kan hebben op de tanden en het tandvlees. We leggen ook uit waarom mondverzorging cruciaal is om ernstigere gezondheidscomplicaties te voorkomen.



**Te veel jonge patiënten verliezen door ernstig tandbederf en onvoldoende mondhygiëne hun natuurlijke tanden. Onderschat niet welke zware psychologische impact dit heeft.**

## 1. Effecten van druggebruik op de mondgezondheid

### Droge mond en ernstige cariës

Veel drugs, waaronder antidepressiva, opioïden en methamfetaminen, verminderen de speekselproductie aanzienlijk, wat leidt tot xerostomie (droge mond). Speeksel is essentieel om de tanden te beschermen tegen bacteriën en zuren. Zonder voldoende speeksel ontstaat een verhoogd risico op snelle en uitgebreide cariës, vooral aan de tandhalzen en tussen de tanden.

### Erosie en tandbreuken

Drugs zoals cocaïne en crack zijn sterk zuur en kunnen het tandglazuur aantasten, waardoor de tanden verzwakken en sneller breken. Daarnaast kan het gebruik van deze middelen leiden tot bruxisme (tandenknarsen), wat resulteert in ernstige slijtage, extreme gevoeligheid en tandfracturen.

### Parodontale aandoeningen (beschadigd tandvlees en botverlies)

Druggebruik irriteert het tandvlees, wat kan leiden tot ontsteking, bloedingen en tandvleesrecessie. Op lange termijn kan dit uitmonden in ernstige parodontitis, een aandoening die het kaakbot afbreekt en vroegtijdig tandverlies veroorzaakt. Roken, cannabisgebruik en methamfetaminen verhogen het risico op onomkeerbaar tandverlies aanzienlijk.

### Orale en systemische infecties

Mensen met een verslaving verwaarlozen vaak hun mondhygiëne, wat leidt tot chronische tandinfecties. Een infectie in de mond blijft niet beperkt tot de tanden. Bacteriën kunnen in de bloedbaan terechtkomen en vitale organen aantasten, waardoor het risico op hart- en vaatziekten, longinfecties

en endocarditis (een infectie van het hart) toeneemt.

### Mondkanker

Langdurig gebruik van alcohol en tabak verhoogt het risico op mond- en keelkanker aanzienlijk. Wondjes in het mondslimvlies kunnen veranderen in kwaadaardige zweren, vooral als ze niet tijdig worden opgemerkt.

## 2. Psychosociale impact: het gebit en zelfvertrouwen

Een slechte mondgezondheid heeft een directe invloed op de levenskwaliteit. Tandverlies, een slechte adem en chronische infecties kunnen leiden tot een laag zelfbeeld, sociale isolatie en moeilijkheden bij het vinden van werk, wat de vicieuze cirkel van verslaving en sociale uitsluiting versterkt.

## 3. Strategieën om tandbederf bij mensen met een verslaving te voorkomen

### Basis- en toegankelijke mondhygiëne

- Poets de tanden minstens twee keer per dag met fluoride tandpasta.
- Gebruik flosdraad om tandplak tussen de tanden te verwijderen.
- Spoel de mond met alcoholvrije mondspoeling om irritatie en uitdroging te voorkomen.

Tot slot nog dit: wie nalaat éénmaal per jaar de tandarts te bezoeken, heeft geen recht meer op bepaalde terugbetalingen. Het wordt aangeraaden om dus jaarlijks (minimum éénmaal per jaar, beter twee maal) naar de tandarts te gaan. Vaak valt dit ook goedkoper uit dan behandelen.