

Proglasur van Sensodyne helpt beschermen tegen tanderosie en tandgevoeligheid.



- **Hoge fluoride beschikbaarheid**
Verhardt actief het tandglazuur, waardoor het beter bestand is tegen nieuwe zuurmomenten
- **Zeer laag abrasief (RDA 30-40)**
Beperkt verdere slijtage van het tandglazuur door tandenpoetsen
- **Bevat kaliumnitraat (KNO₃)**
Beschermt tegen tandgevoeligheid, wat een signaal kan zijn van erosie
- **pH neutraal**
Zachtaardig voor het glazuur
- **1450 ppm F⁻**
Tegen kroon- en wortelcariës
- **Dagelijkse tandpasta**

Als u meer wilt weten over tanderosie kunt u rechtstreeks contact opnemen met GSK

GlaxoSmithKline Consumer Healthcare BV
Dental Marketing
Handelsweg 6, 3707 NH Zeist
Tel. 030-693 87 49
dental.nl@gsk.com

www.gsk.nl



Erosie:

Een groeiend probleem voor de tandheelkunde van de 21^e eeuw

Is dit de grootste bedreiging sinds cariës?

“Ons gebit staat bloot aan een groeiende bedreiging: erosie”.

Een nieuwe bedreiging voor het gebit

“De tandheelkunde heeft in de 20^e eeuw fantastische vorderingen gemaakt en heeft vele initiatieven op het vlak van gezondheidszorg ondersteund om gebitsaandoeningen onder controle te krijgen. Het resultaat is dat onze tanden gezonder zijn en langer meegaan. Ons gebit staat echter bloot aan een groeiende bedreiging: erosie.

Erosieve slijtage is het onomkeerbare verlies van harde tandweefsels door zuurinwerking. Deze zuren zijn meestal uit ons voedsel afkomstig en maken het oppervlak van het tandglazuur zacht. Omdat er een nauw verband bestaat tussen tanderosie en de hedendaagse voeding, wordt voorspeld dat de tandheelkunde van de 21^e eeuw er een groot probleem bij krijgt.

Als voorloper op het gebied van mondverzorging en met grote betrokkenheid bij het verbeteren van mondgezondheid en welzijn, neemt GlaxoSmithKline (GSK) deze nieuwe bedreiging even serieus als eerdere problemen”.

Dr. David C. Alexander BDS,
MSc, MGDS, DDPHRCs Director,
Worldwide Dental Affairs, GlaxoSmithKline



“Samen met alle medewerkers binnen de tandheelkunde werken we eraan om de bevolking op dit probleem te wijzen en ervoor te zorgen dat er stappen worden ondernomen om de verschijnselen te herkennen en het risico te verkleinen. We hopen dat dit rapport ertoe bijdraagt dit proces in gang te zetten”.

Dr. David Bartlett, van “Kings College London Dental Institute” zegt:
“In vele Europese landen wordt erosie gezien als de belangrijkste factor die bij slijtage van het gebit een rol speelt”¹.

In de 21^e eeuw krijgt het gezonde gebit met een groeiend gevaar te maken: erosie. Dit is het verlies van het harde tandweefsel veroorzaakt door extrinsieke zuren uit onze dagelijkse voeding of intrinsieke zuren door overgeven en oprispingen. Deze zuren lossen het oppervlak van tanden en kiezen op. Veel mensen hebben nog nooit van dit verschijnsel gehoord, laat staan dat ze weten dat dit ook in hún mond plaatsvindt. Erosie vormt echter in toenemende mate een bedreiging voor ons allemaal.

- GSK gelooft dat erosie één van de grootste problemen is waarvoor de tandheelkunde zich sinds cariës geplaatst ziet
- Iedereen met een natuurlijk gebit loopt risico; erosie komt bij zowel mannen als vrouwen en op alle leeftijden voor
- Deskundigen zijn het erover eens dat vrijwel iedereen in meer of mindere mate vormen van erosie zal ontwikkelen
- Het gebit gaat tegenwoordig door de verbeterde mondverzorging langer mee. Dit betekent ook dat tanden en kiezen steeds langer blootstaan aan slijtage
- Vele bestanddelen uit onze dagelijkse voeding zijn in hoge mate zuur, wat een bepalende factor is bij het ontstaan van erosie
- Deskundigen zijn het erover eens dat de prevalentie van erosie nu hoger is dan tien jaar geleden

1. Bartlett DW. The role of erosion in tooth wear: aetiology, prevention and management. Int Dent J. 2005;55(4 suppl 1): 277-84

Als er vaak zure voedingsmiddelen worden gebruikt, krijgt de mond geen kans zich te herstellen.

De tanden kunnen er geler uit gaan zien als het glazuur dunner wordt.

Oorzaken van erosie

De meeste zuren (uit eten, drinken of uit de maag) die met tanden en kiezen in contact komen, maken dat het harde tandweefsel tijdelijk zachter wordt en iets van zijn mineralen kwijtraakt. Speeksel kan dit neutraliseren, waardoor het natuurlijke evenwicht in de mond wordt hersteld en het glazuur weer langzaam harder wordt. Het herstel van het gebit verloopt echter traag. Als zure voedingsmiddelen vaak in contact komen met het gebit, of als het gebit na dit contact wordt geïmpoetst, krijgt de mond geen kans zichzelf te herstellen.

“Zuren verzwakken de buitenste 3 tot 5 micrometer van gemineraliseerd weefsel en verhogen de vatbaarheid van het glazuur en het dentine voor afslijting als gevolg van tandenpoetsen met of zonder tandpasta”².

Erosie kan resulteren in tandgevoeligheid, de elementen worden dunner, korter, doorschijnend of geler. In gevorderde gevallen kan een curatieve behandeling noodzakelijk zijn. Gewoonlijk merkt men pas iets van erosie wanneer dit proces in een gevorderd stadium is.

2. Bartlett DW. The role of erosion in tooth wear: aetiology, prevention and management. *Int Dent J.* 2005;55(4 suppl 1): 277-84

gebaseerd op

Attin T, Zirkel C, Hellwig E. Brushing abrasion of eroded dentin after application of sodium fluoride solutions. *Caries Res.* 1998;32(5):344-50



In de loop der tijd kan erosie aanzienlijke gevolgen hebben.

Abrasie door tandenpoetsen met tandpasta kan erosie verergeren.

De eerste symptomen

De eerste symptomen die op erosie kunnen duiden, zijn onder meer:

1. Tandgevoeligheid

Zodra onderliggend dentine bloot komt te liggen, kunnen de elementen gevoelig en pijnlijk worden.

2. Verkleuring

De tanden kunnen er geler uit zien als het dentine er doorheen schijnt.

3. Afgeronde contouren



Latere stadia

Verschijnselen in de latere stadia van erosie zijn onder meer:

1. Doorschijnendheid

De snijtanden kunnen er aan de incisale rand enigszins doorschijnend uitzien.

2. Vergevoerde verkleuring

De tanden kunnen gele vlekken vertonen. Dit is blootliggend of doorschijnend dentine.

3. Breekbaarheid

De dunne en doorschijnende randen van elementen kunnen gemakkelijk afbreken.

4. Ernstige gevoeligheid

Naarmate er in de loop der tijd meer dentine bloot te liggen, kan de gevoeligheid ernstige vormen aannemen.

5. Cupping

Er kunnen kleine uithollingen ontstaan op het kauwoppervlak van tanden en kiezen. In dit stadium kan het lijken of vullingen naar boven komen.



In vergevorderde gevallen van erosie kan een curatieve behandeling noodzakelijk zijn.

Frisdrank, wijn en zelfs voeding die als gezond worden gezien hebben vaak een lage zuurgraad.

Prof. dr. Adrian Lussi van de Universiteit van Bern heeft een studie uitgevoerd met 391 willekeurig geselecteerde mensen in Zwitserland die tussen 26 en 30 of tussen 46 en 50 jaar oud waren. Bij bijna een derde (29,9%) van de mensen van 26 tot 30 jaar en meer dan twee vijfde (42,6%) van de mensen tussen 46 en 50 jaar werd blootliggend dentine op de occlusale vlakken geconstateerd³.

In dezelfde studie meldde gemiddeld 34,8% van de patiënten gevoelige tanden te hebben. Maar dit percentage liep op tot 84,6% bij degenen met gebitsslijtage in een vergevorderd stadium⁴.



Als het tandglazuur door slijtage eenmaal verdwenen is, kan het niet meer worden vervangen. Op de lange termijn kan tandheelkundige behandeling noodzakelijk zijn om de vorm en functie van de aangetaste gebitselementen te herstellen en te beschermen.

3. Lussi A, Schaffner M, Hotz P, Suter P. Dental erosion in a population of Swiss adults. Community Dent Oral Epidemiol. 1991 Oct;19(5):286-90

4. Lussi A, Schaffner M, Hotz P, Suter P. Epidemiology and risk factors of wedge-shaped defects in a Swiss population. Schweiz Monatsschr Zahnmed. 1993;103(3):276-80.

Zure voeding

De voeding van nu bestaat uit een breed scala aan voedingsmiddelen waarvan er veel een lage zuurgraad (pH) hebben. Tanderosie komt daardoor op alle leeftijden en bij beide geslachten voor. Bepaalde frisdrank, wijn en zelfs voedingsmiddelen die als gezond worden gezien, zoals bepaalde vruchten en groenten, hebben vaak een lage pH. Veelvuldige consumptie hiervan kan gebitsslijtage veroorzaken.

Gebitsaandoeningen, zoals cariës en tandvleesproblemen, zijn de afgelopen decennia teruggelopen. Door betere voorlichting, mondhygiëne en regelmatige bezoeken aan de tandarts en mondhygiëniste gaat het gebit langer mee. Dit betekent echter ook dat het gebit steeds vaker en langer te maken krijgt met de gevolgen van slijtage, met name door erosie.



Gebitsslijtage wordt een steeds grotere bedreiging

“Nadat in de 20^e eeuw het verlies van gebitselementen door infectieziekten afgenomen is, betekent de langere levensduur van het gebit in de 21^e eeuw dat de toenemende en klinisch schadelijke effecten van slijtage een groter beroep gaan doen op de preventieve en restauratieve vaardigheden van de professie”⁵.

5. Zero DT, Lussi A. Erosion – Chemical and biological factors of importance to the dental practitioner. Int Dent J. 2005;55(4 suppl 1):285-90.

Tandglazuur kan rond een pH van 5,5 of lager oplossen, dentine kan al oplossen bij een pH van 6,5.

Als zure voedingsmiddelen of dranken (lang) in de mond verblijven, staat het gebit langer aan zuren bloot. Dit verhoogt het risico op erosie.

Met 'pH' wordt aangegeven hoe zuur of alkalisch een bepaalde stof is. De pH kan uiteenlopen van 1 tot 14, waarbij 1 erg zuur, 7 neutraal en 14 zeer alkalisch is.

Tandglazuur kan rond een pH van 5,5 of lager oplossen en dentine kan al oplossen bij een pH van 6,5. De mens kan en wil niet zonder zure voedingsmiddelen en deze kunnen ook niet makkelijk worden vermeden. Om het risico van tanderosie te verkleinen moet er wel op worden gelet hoe vaak en op welke manier deze voedingsmiddelen worden geconsumeerd.

Uit studies blijkt dat bij een consumptie van één liter frisdrank per dag binnen een paar jaar één millimeter glazuur kan verdwijnen⁶.

Voedingsmiddel pH (ongeveer)

Citroensap**	2,00 – 2,60
Azijn*	3,20
Druif**	2,90 – 4,50
Appel**	3,30 – 3,90
Sinaasappel**	3,30 – 4,05
Abrikoos**	3,30 – 4,80
Rode wijn*	3,40
Slasaus*	3,60
Tomaat**	4,30 – 4,90
Melk*	6,70

↑ zuur
↓ neutraal

6. Hughes JA, West NX, Parker DM *et al.* Development and evaluation of a low erosive blackcurrant juice drink. 3. Final drink and concentrate, formulae comparisons in situ and overview of the concept. *J Dent.* 1999 Jul;27(5):345-50.

* Lussi A, Jaeggi T, Zero D. The role of diet in the aetiology of dental erosion. *Caries Res.* 2004;38 Suppl 1:34-44.

** US Centre for Food Safety and Applied Nutrition, October 2003.
<http://www.cfsan.fda.gov/~comm/lacf-phs.html>

Voedingsgewoonten

“...de manier waarop zure voedingsmiddelen of dranken worden geconsumeerd is zelfs belangrijker dan de totale hoeveelheid”⁷.

Als zure voedingsmiddelen of dranken (lang) in de mond verblijven, staat het gebit langer aan zuren bloot. Dit verhoogt het risico op erosie. Spoelen met zure drankjes kan de snelheid en de kracht doen toenemen waarmee de zuren contact met het gebit maken. Hierdoor neemt het risico op erosie nog meer toe. In plaats daarvan zouden zure drankjes snel, of met een rietje dieper geplaatst in de mond, opgedronken moeten worden.



7. Bartlett DW. The role of erosion in tooth wear: aetiology, prevention and management. *Int Dent J.* 2005;55(4 suppl 1):277-84.

Bij het ontstaan van erosie gaat het niet alleen om wàt er geconsumeerd wordt, maar ook om hōe en hoelang zure voedingsmiddelen in de mond worden gehouden.

Bij preventie van erosie gaat het niet om grote veranderingen in de manier van leven, maar om het besef dat er zure voedingsmiddelen bestaan en het nemen van preventieve maatregelen.

Erosie ontstaat eerder op gladde en schone tandoppervlakten.

Verklein het risico

Het verlies van tandstructuur als gevolg van erosie is een onomkeerbaar proces. In een vergevorderd stadium is de kans groot dat er tandheelkundige behandelingen nodig zijn om de normale functie van het gebit te herstellen en het er weer goed te laten uitzien.

Daarom is het zo belangrijk dat het probleem wordt begrepen en de symptomen worden herkend. Er bestaan eenvoudige preventieve maatregelen waarover de deskundigen het eens zijn dat daarmee het risico wordt verkleind.

TIPS

- Beperk de frequentie en duur van gebruik van zure voedingsmiddelen.
- Niet direct tandenpoetsen na consumptie van zure voedingsmiddelen of dranken: het tandglazuur is dan het zachtst. Het is beter na het eten tenminste één uur met poetsen te wachten.
- Drink zure dranken snel op: spoel ze niet rond en houd ze ook niet lang in de mond. Of gebruik een rietje dat diep in de mond steekt.
- Poets het gebit voorzichtig, maar wel grondig, met een zachte tandenborstel.
- Gebruik een laag abrasieve, niet zure tandpasta met een hoge fluoride beschikbaarheid.
- Regelmatig tandheelkundige controle, ook op erosieve schade.

Voorlichting is onze beste verdediging

“Voorlichting is de eerste verdedigingslinie omdat de meeste patiënten niet beseffen dat hun gedrag hun gebit vernielt”⁸. Erosie is vooral een probleem van de 21^e eeuw, waar het bij preventie niet om een verandering van leefwijze gaat, maar om aandacht voor zure voedingsmiddelen en het opvolgen van de genoemde preventieve maatregelen om het risico zo klein mogelijk te houden.

“GlaxoSmithKline is er van overtuigd dat kennis van vitaal belang is en dat voorlichting de eerste stap is bij de bestrijding van tanderosie”.

Dr. David C. Alexander BDS, MSc, MGDS, DDPHRCS Director, Worldwide Dental Affairs, GlaxoSmithKline

www.gsk.nl

8. Zero DT, Lussi A. Erosion – Chemical and biological factors of importance to the dental practitioner. Int Dent J. 2005;55(4 suppl 1):285-90.

