

Roken en parodontitis

Als rokers last hebben van ontstoken tandvlees neemt het aantal bloedvaten nauwelijks toe. De vaten worden niet wijder maar vernauwen zich juist door de nicotine. Hierdoor is er een geringere doorbloeding van het tandvlees. Daarmee neemt de afweer tegen bacteriën (in tandplak) af.

Als gevolg van een lagere bloedingsneiging is een tandvleesontsteking bij rokers moeilijker te ontdekken en wordt sneller over het hoofd gezien. De ontsteking kan zich kan hierdoor vrijwel ongemerkt uitbreiden. Behalve dat rokers vatbaarder zijn dan niet-rokers voor het ontstaan van parodontitis gaat het dus vaak om een ernstiger vorm van parodontitis.

Roken en implantaten

Een implantaat (kunstwortel) is een prachtige uitvinding waardoor tanden en kiezen die verloren zijn gegaan kunnen worden vervangen. Het implantaat wordt in het kaakbot geschroefd. Na plaatsing van het implantaat sluit het tandvlees er vaak mooi en strak omheen. Op deze 'kunstwortel' wordt een kroon, brug of prothese bevestigd. Helaas is er bij rokers een veel grotere kans dat de verankering van het implantaat in het kaakbot niet goed is. Het roken vertraagt de genezing van verwondingen in de mondholte en bevordert de kans op loslaten van het implantaat. De kans op mislukking na het plaatsen van een implantaat is bij rokers bijna 3 maal groter dan bij niet-rokers. Daarom zijn veel tandartsen en mondhygiënisten terughoudend om bij rokers implantaten te adviseren.

Stoppen met roken?

Stoppen met roken is enorm moeilijk. Plotseling stoppen met roken kan ontweningsverschijnselen geven. Maar stoppen met roken kan ook helpen om een verdere verslechtering van de tandvleesconditie te voorkomen. De resultaten van onze parodontale behandeling zullen hierdoor verbeteren.

Al twee tot zes weken na het stoppen met roken is het effect ervan in de mond zichtbaar. Wel is het zo dat in eerste instantie het optreden van tandvleesbloedingen tijdelijk kan toenemen, zeker bij een minder goede mondhygiëne.

Dit probleem verdwijnt echter weer nadat u zorgvuldig uw tanden en kiezen bent gaan reinigen. Dit zullen wij u tijdens onze behandelingen uitgebreid voorhouden.

Hoe te stoppen?

U kunt alleen met succes stoppen als u er zélf van overtuigd bent dat u moet stoppen. Als u eenmaal de stopbeslissing genomen heeft, is uit onderzoek gebleken dat u méér kans van slagen heeft als er een hulpmiddel wordt gebruikt.

Wilt u stoppen met roken of wilt u meer informatie over stoppen met roken of over roken en parodontitis:

- www.stivoro.nl
- www.hulpbijstoppenmetroken.nl
- Defacto: 0900-9390
- NIGZ Ivoren Kruis tel: 0348-437690

Een niet-roker heeft een grote voorsprong als een behandeling voor parodontitis nodig is. Niet roken geeft een beter behandelresultaat.

Kortom, stop met roken. Dat heeft vele voordelen, waaronder een mooi en gezond gebit!

Livingstonelaan 466 • 3526 JB Utrecht • T 030-2870560 • www.paro.praktijk.utrecht.nl



**Denk gezond
in de mond!**

Een folder over roken.

**Een mooi en gezond gebit
draagt bij aan een frisse,
prettige uitstraling.
Dat wil iedereen!**

GEZOND IN DE MOND! DENK GEZOND IN DE MOND! DENK GEZOND IN DE M

‘Denk gezond in de mond’, gaat over de gevolgen van roken. Door het geven van tandheelkundige achtergrondinformatie willen we rokers, ook vanuit onze specialistische invalshoek, extra redenen geven om (weer) na te denken over stoppen met roken.

Vrijkomende stoffen

Het roken werd door Columbus in 1492 in de Nieuwe Wereld ontdekt, waar de Maya's al ongeveer 1000 jaar gewend waren om tabak te roken. In 1881 werd in Amerika een machine ontwikkeld die 200 sigaretten per minuut kon maken. Daarmee werd het roken toegankelijk voor veel mensen. Roken werd sociaal geaccepteerd. In de vijftiger jaren van de vorige eeuw waren 9 van de 10 mannen rokers.

Tijdens het roken komen bij de verbranding van tabaksrook talloze stoffen vrij; in vaste vorm, in vloeibare vorm en als gasmengsel (teer en nicotine). Teer is de belangrijkste component bij het ontstaan van kanker. De nicotine komt snel in de bloedbaan terecht en heeft een direct effect op het lichaam. Het vernauwt de bloedvaten, versnelt de hartslag en verhoogt de bloeddruk. De activiteit van de afweercellen in het bloed neemt af. Hierdoor wordt de afweer geremd, raakt de balans verstoord en is er bijvoorbeeld een grotere kans op het ontstaan van tandvleesproblemen.

Rokers bekorten hun leven met ongeveer 7,5 jaar ongeacht de dagelijkse hoeveelheid. De gevolgen van roken strekken zich niet alleen uit naar het hart en de longen. Immers alle weefsels die direct in aanraking komen met tabaksrook kunnen schade oplopen.

Wie rookt én daarbij alcohol gebruikt loopt nog extra risico's.

Effecten op uw mondgezondheid

Uw frisse en gezonde uitstraling kan door roken achteruitgaan. Roken veroorzaakt namelijk verkleuring van tanden, kiezen en vulmaterialen. Rookaanslag lijkt op de aanslag van koffie en thee, maar is lastiger te verwijderen. Zo maakt roken ook het schoonhouden van het kunstgebit moeilijker. Verder neemt bij rokers de reuk- en de smaak sensatie af en is het een veel voorkomende oorzaak van een minder prettig ruikende, slechte adem.

Uit onderzoek is gebleken dat rokers meer risico lopen op het ontstaan van afwijkingen aan de weefsels van de mond, tong en keel die eventueel kunnen leiden tot mondkeuter. De kans op het ontwikkelen van kanker in de mondholte is zelfs 2 tot 4 maal groter!

Rokers hebben vaak meer tandplak en tandsteen dan niet-rokers en vaak ernstiger tandvleesontstekingen. Daarmee hebben zij een grotere kans dat tanden en kiezen los komen te staan.

Tabaksgebruik beïnvloedt ook de wondgenezing negatief. Zo heeft de behandeling van tandvleesproblemen vaak minder gunstige resultaten als men blijft roken. Ook het succes van implantaten (kunstwortels) is lager bij rokers in vergelijking met niet-rokers.

Tandvlees en tandplak

Gezond tandvlees is roze van kleur en bloedt niet. In een gezonde situatie is een tand of kies mooi strak omgeven door tandvlees. Daartussen is een smalle spleet van hooguit 3 millimeter diep. Doordat de mond bevolkt is met vele bacteriën vormt zich voortdurend een laagje tandplak langs de tandvleesrand. Door onvoldoende mondhygiëne kan deze bacteriële plak de smalle ruimte tussen tand en tandvlees binnengaan. De bacteriën veroorzaken dan een afweerreactie van het lichaam. Die is zichtbaar in de rand van het tandvlees als een ontsteking (gingivitis). Voor een optimale afweer tegen de tandplakbacteriën is een goede doorbloeding nodig van het tandvlees.

Bij een ontsteking neemt het aantal bloedvaten in het tandvlees toe en worden de bloedvaten wijder. Het tandvlees wordt dan rood, zwelt en bloedt makkelijk bij het poetsen. Het ontstoken tandvlees kan vervolgens lossen om de tanden en kiezen gaan zitten.

De ruimte die zo ontstaat, noemt men een 'pocket'.

Als er meer plak in de pocket komt kan de ontsteking zich verder in de diepte uitbreiden. Het kaakbot wil de bacteriën uit de tandplak op afstand houden; dus het kaakbot slinkt. Er gaat uiteindelijk zoveel kaakbot verloren dat de tanden en kiezen minder houvast krijgen en zelfs los kunnen gaan staan (parodontitis). Ook niet-rokers kunnen deze problemen in de mond krijgen. Echter, bij niet-rokers komen deze parodontale aandoeningen minder vaak voor en in minder ernstige mate dan bij rokers.

