

De referenties  
kunt u opvragen  
via redactie@  
mondhygienisten.nl.

# Rake ragers?

Het gebruik van een tandenborstel is onvoldoende om de ruimte onder de contactpunten van gebitselementen te kunnen reinigen. Daarvoor zijn er verschillende hulpmiddelen beschikbaar, waaronder ragers: ook wel interdentaal- of spiraalborsteltjes genoemd. Hoe effectief zijn deze ragers?

Tekst **Dagmar Else Slot en Fridus Van der Weijden, ACTA** Beeld **Latona**

**E**nkele jaren geleden is op ACTA door de onderzoeksgroep Preventie en Therapie van Parodontale Infecties de wetenschappelijke onderbouwing van de diverse interdentaal hulpmiddelen door middel van systematische reviews in kaart gebracht. Evenals de Oral Health group van de Internationale Cochrane Organisatie is de conclusie dat ragers een effectief interdentaal hulpmiddel zijn. Indien ragers als aanvulling op tandenpoetsen worden gebruikt, is er een positief effect op plaqueverwijdering, reductie van de bloedingsneiging en de pocketdiepte. Deze resultaten zijn veel gunstiger dan voor bijvoorbeeld dental floss. Onlangs heeft de Europese Federatie van Parodontologie (EFP) hun 11de workshop georganiseerd. Deze stond in het kader van preventie van parodontale en peri-implantaire aandoeningen. Vier werkgroepen behandelden verschillende thema's waarbij werkgroep 2 zich bezighield met primaire preventie van parodontitis met als uitgangspunt het voorkomen van gingivitis door middel van tandenpoetsen, interdentaal reiniging met aanvulling chemische ingrediënten in tandpasta's en mondwaters.

## Metareview

Zoals hierboven beschreven zijn er met betrekking tot interdentaal reiniging al meerdere systematische re-

views gepubliceerd. Er werd als voorbereiding voor de workshop daarom gekozen om dit onderwerp in een metareview te evalueren. Dit is in feite een systematisch review over systematische reviews en kan worden gezien als een belangrijke opstap naar een praktijkrichtlijn. Het metareview over interdentaal reiniging includeerde zes systematische reviews, twee over floss, twee over ragers, een over tandenstokers en een over de monddouche. De overallconclusie was dat ragers het meest effectieve product zijn voor het verwijderen van interdentaal plaque.

Na discussie binnen de werkgroep werd er een consensusdocument geschreven waarin staat dat de groep het algemeen aanvaarde advies van tweemaal daags twee minuten tandenpoetsen met een fluoride tandpasta ondersteunt. Daarbij werd de aantekening gemaakt dat dit waarschijnlijk onvoldoende is en dat het gebruik van een interdentaal hulpmiddel eenmaal daags noodzakelijk is. Ragers zijn de eerste keus. Floss wordt als een alternatief gezien als ragers niet in de interdentaal ruimte passen of niet zonder het aanbrengen van trauma aan de harde en zachte weefsels.

Voor de geïnteresseerde lezer zijn zowel het consensusdocument als de onderliggende reviews kosteloos online te downloaden uit het april 2015 nummer van het *Journal of Clinical Periodontology*.

Op geleide van zijn eigen observaties maar nauw

Cylindrische (links) en conische ragers



aansluitend bij de bovenstaande uitgangspunten heeft mondhygiënist Christiaan Larsen voor zijn masterwetenschapsstage van de studie tandheelkunde een klinisch onderzoek uitgevoerd op zijn werkplek de Kliniek voor Parodontologie Rotterdam. Steeds vaker zag hij linguaal en palatinaal meer bloeding en hoorde hij van patiënten dat zij verbaasd waren omdat ze juist zo fanatiek aan de slag waren met hun nieuwe ragers.

Bij navraag bleek dat patiënten op eigen initiatief en naar hun eigen volle tevredenheid waren overgestapt op conische ragers. Kortom, tijd voor onderzoek! Op PubMed was er slechts een artikel te vinden dat verschillende ragervormen vergelijkt. Na eenmalig gebruik bleek er geen verschil vast te stellen. Eenmalig gebruik geeft niet de mogelijkheid om het effect op gingivitis vast te stellen. Het is juist interessant te weten wat het resultaat is als de ragers voor een periode door de patient thuis worden gebruikt. Bijvoorbeeld voor een periode van drie tot vier maanden zoals dat gebruikelijk is bij de parodontale nazorg.

### Klinisch onderzoek

Voor het klinische onderzoek werden patiënten geselecteerd die al meer dan een jaar in de parodontale nazorgfase zaten. Bij hen werd vooraf de plaque-score, bloedingsneiging na sonderen en de pocketdiepte vastgesteld. Daarna ontvingen ze hun gebruikelijke parodontale nazorgbehandeling. Ter afsluiting kregen ze op basis van een randomisatie conische of cilindrische ragers mee met de daarbij behorende instructie. Het advies was om de ragers alleen buccaal te gebruiken voor een periode van maximaal vijf dagen en ze daarna door een nieuwe te vervangen. Ter ondersteuning werd de maatvoe-

ring van de ragers ( $\text{\O}2.5\text{-}12\text{ mm}$ ) voor de patiënt genoteerd op een gebitsdiagram. Bij de volgende recallafpraak drie maanden later werd de plaque, bloeding en pocketdiepte opnieuw gemeten. Bij alle van de 51 parodontale nazorgpatiënten, die vrijwillig deelnamen aan dit onderzoek, verbeterde het niveau van de mondhygiëne. Het gevolg was dat ook de pocketdiepte significant reduceerde. Hieruit blijkt dat persoonlijk en geïndividualiseerde herinstructie tijdens een nazorgbehandeling kan bijdragen om de parodontale situatie te verbeteren.

### Effectief

Overall werd er voor de gemeten parameters geen verschil geconstateerd tussen conische en cilindrische ragers. Bij het uitsplitsen van de data in buccale en linguale/palatinale zijden bleek echter dat er bij de patiënten die gedurende de drie maanden alleen conische ragers hadden gebruikt significant meer plaque en bloeding zat aan de linguale/palatinale zijden. Deze metingen waren ook hoger dan aan het begin van het onderzoek. Met deze recente bevindingen willen wij het advies van de EFP nog wat verder aanscherpen. Inderdaad zijn ragers een effectief interdentaal hulpmiddel. Daaraan kan worden toegevoegd dat bij parodontale nazorg patiënten de *cylindrische* rager alle vlakken optimaal raakt! ■