



## 20 maart: Wereld Mondgezondheidsdag

Auteur: Dr. Yvonne Buunk-Werkhoven

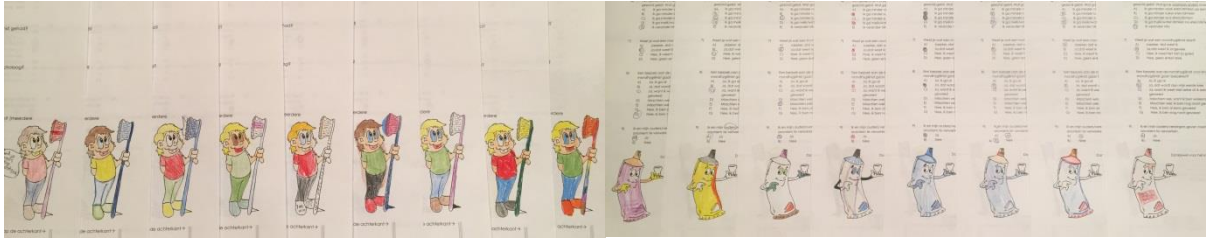
**Is het de ouders/verzorgers gelukt om -in het afgelopen jaar- hun kinderen te steunen in hun goede intenties om bewuster hun tanden te poetsen en op hun eet- en drinkgewoonten te letten?**

Doorgaans wordt voorlichting over mondverzorging (tandenpoetsen) binnen de muren van de tandarts- en/of mondhygiënistpraktijk aangeboden. Kinderen en hun ouders/verzorgers krijgen dan *individuele* (persoonlijke) aandacht van de mondzorgverlener.

Een jaar geleden op 20 maart 2017 –Wereld Mondgezondheidsdag– ontvingen de kinderen uit groep 5b en groep 7 van de Obs Het sterrenschip op een *collectieve* manier via school les in het verzorgen van hun gebit door de tante van Claire en Pien (<http://sterrenschip.nl/2017/03/poetsles-groep-7a/>)

Hoe effectief een eenmalige les over mondverzorging, gegeven door een mondhygiënist-psycholoog is, blijkt veelal lastig te achterhalen. Bovendien is er weinig ‘bewijs’ dat zo’n poetsles (interventie) daadwerkelijk tot een blijvende gedragsverandering bij de kinderen resulteert. Het korte termijn effect van de aangeboden les werd onder de loep genomen... Een paar weken na de poetsles hebben 49 kinderen een vragenlijstje ingevuld en werden zij gevraagd hoe zij de les van de mondhygiënist hebben ervaren, en wat zij voortaan anders gaan doen bij het tandenpoetsen en bij het eten en drinken. Ook werd hen gevraagd in hoeverre ze een mondhygiënist willen bezoeken. 4 kinderen gaven geen toestemming om hun antwoorden anoniem te verwerken. Er waren nauwelijks verschillen tussen de twee groepen, en om die reden zijn de antwoorden samengevoegd en in tabel 1. inzichtelijk gemaakt.





De voorlichtingsles, gegeven door de mondhygiënist-psycholoog werd door 76% van de in totaal 45 kinderen als héél leuk ontvangen. 20% vond het een beetje leuk en een enkeling was minder enthousiast (51% waren jongens en de kinderen hadden een gemiddelde leeftijd van 9,7 jaar, variërend van 8-11 jaar). 62% van de kinderen kreeg voor de eerste keer een voorlichtingsles door een mondhygiënist en voor 22% was het een tweede keer. Bijna tweederde van de leerlingen gaf aan ongeveer bekend te zijn met de zorgtaken van de mondhygiënist en een kwart wist zeker te weten wat een mondhygiënist doet. Een bezoek aan de mondhygiënist voor kinderen zit in de basisverzekering (wordt vergoed = 'gratis'); eenvijfde (20%) van de kinderen wil de mondhygiënist gaan bezoeken, want dat zou dan de eerste keer zijn. Eenderde (33%) van de kinderen wil misschien de mondhygiënist gaan bezoeken, echter, 20% gaf aan juist niet te willen gaan. De intentie van de kinderen om hun gedrag betreffende het tandenpoetsen en hun eet- en drink gewoonten (het advies is om maximaal 7 keer per dag iets te eten of te drinken voor een gezond gebit) aan te passen is aanwezig; over het algemeen rapporteerden de kinderen al heel goed te weten, wat goed voor hen is en dat ze dat ook al deden.

<b>Tabel 1. Intentie vragen om voortaan anders te doen</b>	Groep 5b (N=20)	Groep 7 (N=25)	Beide groepen (N=45)
Ik ga twee of drie keer daagspoetsen, i.p.v. 1 keer per dag	4	8	27%
Ik ga langer, minstens 2 minuten poetsen	7	7	31%
Ik ga volgens de 'BBBA'-methode tandenpoetsen	17	19	80%
Ik ga met fluoridetandpasta poetsen	7	10	38%
Ik ga mijn ouders/verzorgers laten (na)poetsen	4	1	5 kinderen
Ik ga een andere borstel gebruiken	4	3	7 kinderen
Ik ga minder vaak eten/drinken op een dag	2	2	4 kinderen
Ik ga minder suiker eten/drinken	8	7	33%
Ik ga minder zuur eten/drinken	5	3	18%
Ik ga melk/water drinken na eten/drinken	5	11	36%

'BBBA' = binnenkant, buitenkant, bovenkant en achterkant; zowel in de onder- als bovenkaak

Kortom, het lijkt erop dat de les over mondverzorging een zinvolle stap is geweest in de bewustwording bij de kinderen. Hopelijk willen de ouders/verzorgers hierin ook verder hun steentje bijdragen, zodat de basis gelegd wordt voor een optimale mondgezondheid voor de toekomst.

Met veel dank aan juf Erna Post en meester Ad Oosterveld. Tijdens de les kregen de kinderen een ansichtkaart 'opgepimpte tandenborstels' van SPOH-ARTS en bovendien een tandenborstel en tandpasta, beschikbaar gesteld door <http://www.houjemondgezond.nl/splash/>

