

Mondbranden.

U heeft last van een branderig gevoel in uw mond. Dit wordt mondbranden genoemd. Deze folder is bedoeld om antwoord te geven op de meest gestelde vragen. Heeft u na het lezen nog vragen, aarzelt u dan niet om deze te stellen.

Wie hebben er last van?

Mondbranden is géén zeldzaam verschijnsel. Mensen tussen de 40 en 70 jaar hebben er eerder last van dan jongere mensen. Gebleken is dat vrouwen, vooral na de overgang, vaker deze klacht hebben dan mannen.

Ook komt mondbranden vaker voor bij dragers van een gebitsprothese.

Wat zijn de verschijnselen?

Mondbranden is een onschuldige klacht en zeker geen kwaadaardige aandoening. Maar het is wel vervelend. Niet iedereen heeft er op dezelfde manier last van. Sommige mensen hebben alleen last van een branderige of pijnlijke tong. Anderen hebben het vooral aan de binnenkant van de lippen, het verhemelte en soms ook wel in de keel. Veel mensen hebben ook last van een droge mond. Soms is de smaak veranderd.

Een enkele keer kan de klacht ernstige vormen aannemen waarbij men dag in dag uit een irriterend, brandend gevoel ervaart. 's Ochtends soms wat minder erg dan 's avonds, maar het gevoel verdwijnt niet. Het kan mensen van de huisarts en tandarts naar de specialist, de alternatieve genezer en tenslotte psycholoog of psychiater drijven. Sommige mensen gaan er zozeer onder gebukt, dat het hen zelfs het plezier in het leven ontnemt, vooral als het dragen van een gebitsprothese door mondbranden een ware kwelling wordt. Het vervelende van de brandende mond is dat de omgeving er niets van merkt of ziet. Als iemand een gebroken been heeft, ziet iedereen dat en houdt men daar ook rekening mee. Maar mensen die over een brandende mond klagen, worden vaak niet begrepen en dat levert de nodige irritaties en frustraties op in de omgang met familie en vrienden.

Wat is de oorzaak?

Er is meestal geen duidelijke oorzaak aan te wijzen. In de mond zijn vaak ook geen duidelijke afwijkingen te zien. Een enkele keer lijkt er sprake van op zichzelf gezond, maar zeer dun en kwetsbaar slijmvlies dat erg gevoelig is voor bedekking door bijvoorbeeld een gebitsprothese.

In dit geval geeft juist de beter passende gebitsprothese meer klachten. In andere gevallen is sprake van een loszittende gebitsprothese, die voortdurend aangebeten wordt of een gebitsprothese die te veel ruimte inneemt in de mond waardoor overmatig druk wordt uitgeoefend op de kaakwallen. Soms ook kunnen bepaalde mondgewoonten, zoals tandenknarsen, klemmen of tongpersen, een rol spelen. Dergelijke mondgewoonten vormen vaak een manier om nervositeit en spanningen af te reageren ('jezelf verbijten', iets alsmaar willen volhouden of 'de tanden op elkaar zetten'). Een enkele keer houdt het mondbranden verband met het gebruik van bepaalde medicijnen: sommige geneesmiddelen hebben een droge mond als bijwerking, vooral rustgevendende medicijnen. Een droge mond vergroot de kans op mondbranden.

Bij veel mensen blijkt het mondbranden te zijn begonnen na een bepaalde gebeurtenis of ingrijpende verandering in hun leven of na een medische of tandheelkundige behandeling, bijvoorbeeld een nieuwe gebitsprothese. Vaak gaat het om een combinatie van verschillende factoren. Hoewel mensen die last hebben van mondbranden vaak denken dat ze overgevoelig zijn voor het kunstgebit of bijvoorbeeld voor vullingen in kiezen, is bijna nooit sprake van een allergie. Tabak- en alcoholgebruik en sterk gekruid eten versterken mondbranden.

Is behandeling mogelijk?

Het onderzoek is erop gericht om bovengenoemde (combinaties van) factoren te inventariseren. Op basis hiervan wordt nagegaan welke behandeling mogelijk is; tandheelkundige, medicijnen of een andere behandeling. Patiënten met een chronische, ernstige vorm van mondbranden worden vaak voor een aanvullend onderzoek verwezen naar een klinisch psycholoog verbonden aan het Centrum voor Bijzondere Tandheelkunde.

Omdat meestal niet één duidelijke oorzaak voor de klachten is, is behandeling moeilijk en is het resultaat van tevoren niet goed voorspelbaar. Daarom wordt bij de behandeling zoveel mogelijk een stapsgewijze benadering toegepast, waarbij de volgende stap niet wordt gezet voordat de vorige succesvol is afgerond. Ingrijpende behandelingen worden ook zoveel mogelijk vermeden en alléén voorgesteld als er werkelijk goed uitzicht bestaat op verbetering van de klachten.

Kosten van de behandeling/verzekering

Zorgverzekeraars vergoeden de behandeling op aanvraag in het kader van de regelingen voor tandheelkundige hulp in bijzondere gevallen. Na het eerste consult wordt eerst de toestemming van de zorgverzekering afgewacht voordat met de daadwerkelijke behandeling kan worden gestart.

Particuliere verzekeringen vergoeden de tandheelkundige behandeling in het algemeen niet. De kosten van de behandeling zijn dan ook voor eigen rekening en bestaan uit het uurtarief van het Centrum voor Bijzondere Tandheelkunde en- indien van toepassing - de laboratoriumkosten tandtechniek.

Wat kunt u er zelf aan doen?

Probeer in ieder geval roken, gebruik van alcohol en gekruide spijzen te vermijden en te letten op gewoonten als knarsen, klemmen of tongpersen. Accepteer - als u een gebitsprothese draagt - dat u deze wellicht wat vaker uit zult moeten laten.

Zoals hierboven reeds werd aangegeven, wordt wel eens gedacht dat spanningen een rol spelen. Wanneer u het gevoel hebt dat er nare dingen in uw leven zijn gebeurd of nog steeds gebeuren, kunt u proberen daar verandering in aan te brengen of het voor u zelf aanvaardbaar te maken. Aarzel niet om daarover te praten. Dat kan met de klinisch psycholoog, verbonden aan het Centrum voor Bijzondere Tandheelkunde, maar natuurlijk ook met uw huisarts of iemand uit uw familie- of vriendenkring die u kunt vertrouwen.

Tot nu toe is niet gebleken dat alternatieve geneeswijzen zoals homeopathie en accupunctuur een blijvende verbetering van mondbranden geven. Dring in ieder geval niet aan op ingrijpende behandelingen waar uw huisarts, tandarts of specialist niet achter staat.

Tip

Sommige mensen ervaren (tijdelijk) verlichting wanneer ze iets in hun mond houden, zoals bijvoorbeeld suikervrije snoepjes, suikervrije kauwgum of door op een ijsblokje te sabbelen.