

Op bezoek bij... de biotandarts

Auteur Koen Vandepopuliere



Mensen kunnen voor steeds meer producten en diensten kiezen tussen bio of gangbaar. Er zijn biogroenten, biochocolade, biokappers,... Wat weinigen weten, is dat die keuze er ook is voor... tandartsen. Er zijn namelijk biotandartsen en klassieke tandartsen. Beide groepen staan garant voor een goede tandverzorging. Maar ze hebben natuurlijk wel verschillende meningen over enkele zaken...

⋮ *Biotandheelkunde steunt op twee pijlers. Ontstekingsvrij houden en lichaamsvriendelijke materialen. Maar het beste blijft: preventie.*

Bio en gangbaar hebben omtrent veel zaken een andere visie. Denk maar aan de biolandbouw en -voeding versus hun gangbare tegenhangers. Beide partijen zijn ervan overtuigd dat bij hun aanpak de voordelen verder doorwegen dan de nadelen. Daarbij denken ze aan het effect op de gezondheid, op het milieu, kostprijs van biovoeding en -landbouw voor individuele burger en maatschappij,... Wie van beide nu echt gelijk heeft, daarover raken zelfs wetenschappers het niet eens. Maar dat we kans hebben te kiezen voor hetzij bio, hetzij gangbaar, is alleszins een goede zaak.

BVBT

Het lijkt een goed verborgen geheim, maar er bestaan bio- én gangbare tandartsen. Ook zij hebben elk een eigen visie over hoe het best werken is. En ook in hun vakgebied zijn er tal van wetenschappelijke onderzoeken die nu eens het standpunt van de ene, en dan weer dat van de andere lijken te ondersteunen. Luc Bas, vicevoorzitter van BVBT (Belgische Vereniging voor Biologische Tandheelkunde), geeft een korte introductie over de kijk van de biotandarts.



⋮ *Een bezoek bij de biotandarts.*

Pijler één

Luc legt uit dat de biologische tandheelkunde ontstaan is in Duits-talig Europa. Daar heet het "Biologische Zahnmedizin." Het is een tandheelkunde met twee pijlers, legt hij uit. Een eerste is het ontstekingsvrij maken en houden van tanden en kaakbot. Zo'n ontstekingen, legt Luc uit, kunnen zelfs aanwezig zijn zonder dat de patiënt pijn voelt in tand of kaakbot. "Maar ook als ze er zijn zonder pijn te veroorzaken, kunnen ze gezondheidsklachten veroorzaken. Zoals hoofdpijn, sinusitis, oorpijn en oogklachten," verzekert hij. "Of nog: hartklachten, gewrichtspijnen, spierpijnen, huidaandoeningen of allergieën. Soms is er beïnvloeding in de twee richtingen: van tand en kaakbot naar andere delen van het lichaam, en vice-versa. Een voorbeeld daarvan is diabetes. Aan de ene kant leidt die aandoening tot een verhoogde kans op 'parodontitis'. Dat is een afbreek door bacteriën van bot rondom de wortels. Bij die parodontitis komen grote hoeveelheden schadelijke bacteriën in de bloedbaan terecht. Welnu, er zijn wetenschappelijke studies die erop wijzen dat de invloed ook in omgekeerde richting werkt. Dus dat niet alleen diabetes het risico op parodontitis verhoogt, maar dat parodontitis ook, op zijn beurt, diabetes verergert. Zo ontstaat een vicieuze cirkel..." De gemiddelde biotandarts besteedt aan deze en andere ontstekingen meer aandacht dan de gemiddelde klassieke tandarts, klinkt het.

Pijler twee

De biotandartsenij heeft nog een tweede pijler. Namelijk: lichaamsvriendelijke materialen gebruiken bij het herstel van tandschade en tandverlies. Een voorbeeld is het materiaal om gaatjes te vullen. Gangbare tandartsen doen dat met amalgaam. Het zijn de bekende zilverkleurige vullingen die na enige tijd een blauwzwarte kleur krijgen. Dat amalgaam bestaat voor de helft uit een metaalpoeder van zilver, tin, koper en (dikwijls) zink. De andere helft bestaat uit kwik. Nu is amalgaam behoorlijk slijt- en breukvast. Bovendien is het vrij goedkoop. Maar bij corrosie (een soort aantasting), slijt-



⚡ Is een tandzenuw vitaal of niet? Met dit instrument gaat de tandarts het na.



⚡ Biotandartsen gebruiken soms het 'potentiaalmeettoestel'. Daarmee meten ze de spanning tussen metalen, in het kader van bijvoorbeeld amalgaamonderzoek.

tage, 'galvanische stromen,'... , zegt Luc, komt het kwik beetje bij beetje vrij. Volgens klassieke tandartsen is dat dermate weinig dat het geen belangrijke problemen oplevert. De WHO (Wereld GezondheidsOrganisatie) en ADA (American Dental Association), luidt het, geven hen gelijk. Wel geven ze toe dat die legering tot enkele allergieën kan leiden en niet geschikt is bij bepaalde zware nieraandoeningen. Biotandartsen, echter, koesteren meer achterdocht. En ook zij beschikken over diverse wetenschappelijke publicaties die laten vermoeden dat ze het bij het rechte eind hebben. Volgens de biotandartsen tast het kwik onder meer het zenuwstelsel aan. En dat kan, stelt Luc, bij bepaalde personen leiden tot gezondheidsproblemen. Zoals chronische vermoeidheid (bijvoorbeeld CVS-Chronisch VermoeidheidsSyndroom), depressiviteit, geheugenstoornissen, prikkelbaarheid en dergelijke. Ook leidt het volgens biotandartsen tot een grotere gevoeligheid voor infecties. Hoe schadelijk die kwikvrijgave is, hangt af van persoon tot persoon. De ene is er namelijk gevoeliger voor dan de andere. Maar voor kinderen en zwangere vrouwen raden biotandartsen het sowieso af. Ze zullen dan ook zo vaak mogelijk andere vulmaterialen gebruiken. Luc: "Het volmaakte vulmateriaal is nog niet gevonden. In afwachting daarvan gebruiken we materialen die minder schadelijk zijn dan amalgaam. Zoals composiet of, nog beter, glasiomereer of porselein."

Biotandheelkunde steunt op twee pijlers: ontstekingsvrij houden en lichaamsvriendelijke materialen.

Voorkomen

Biotandheelkunde steunt dus op twee pijlers. Ontstekingsvrij houden en lichaamsvriendelijke materialen. Maar het beste blijft: preventie. Idealiter voorkomen de mensen dat ze überhaupt tandproblemen krijgen, zodat het niet nodig is gaatjes te vullen, ontstekingen te behandelen,... Om de tanden zo lang mogelijk gezond te houden, is het zeer belangrijk ervoor te zorgen dat zich zo weinig mogelijk tandplaque vormt, legt Luc uit. Onder meer door een goede tandpasta. Bijzonder aan biotandpasta's is onder meer dat ze weinig of geen fluoride bevatten. Luc: "Het is ontegensprekelijk bewezen dat tanden poetsen met fluorhoudende tandpasta's het gebit sterker houdt en dat het veel weerstand biedt tegen tandcariës. Maar ze hebben ook een nadeel. Aan fluor worden namelijk bepaalde gezondheidsproblemen toegeschreven. De dosissen zijn al snel dermate hoog dat ze giftig zijn... Dat inzicht heeft er trouwens toe geleid dat de concentratie aan fluoride intussen is verminderd in ge-

wone tandpasta's. Maar biologische tandpasta's gaan nog een stapje verder. Zij bevatten geen fluor. Als je daarmee poetst, loop je dus niet de potentiële nadelen van fluor. Maar je hebt dan ook niet de krachtige bescherming ervan tegen tandbederf. Dit betekent dus: extra letten op wat je eet en drinkt, en des te grondiger reinigen."

Dat reinigen gebeurt door poetsen en flossen. En door de plaque te verwijderen met interdentale borstelstjes, als er veel ruimte is tussen de tanden. Door een gezonde voeding, ook. Vermijden van tussendoortjes met veel suikers of zuren, bijvoorbeeld. Tijdig op controle gaan bij de tandarts hoort eveneens bij de goede gewoontes. Luc voegt er trouwens nog aan toe dat de schuimmiddelen in de meeste gangbare tandpasta's het mondslijmvlies irriteren. Er zijn mensen met gevoelig slijmvlies, die bijvoorbeeld makkelijk afters krijgen; zij kiezen daarom beter geen tandpasta met schuimmiddel. Luc: "In plaats daarvan kunnen ze bijvoorbeeld opteren voor tandpasta's met natriumbicarbonaat of minerale zouten. Of kies tandpasta's met plantenextracten zoals rathania, calendula, salie of chlorophyl."

Orthomoleculair & additief

Luc wijst op nog enkele andere eigenheden van biotandartsen. Zo blijken ze zowat allemaal te werken met 'orthomoleculaire supplementen'. De grondlegger ervan is Linus Pauling, naast Marie Curie de enige persoon die twee Nobelprijzen won. Sommige biotandartsen leggen zich daarenboven toe op nog andere, bijkomende geneeswijzen zoals homeopathie, elektro-acupunctuur of 'neuraaltherapie'. Gangbare tandartsen, echter, geloven niet in die geneeswijzen.

Digitaal

Meer info over biotandartsen is te vinden op de site www.biotandarts.be. Daar staat ook een lijst met contactgegevens van biotandartsen in Vlaanderen en Brussel. Let wel: de meesten hebben een bijzonder volle agenda. En gangbare tandartsen die meer willen te weten komen over biotandheelkunde nemen contact op met de BVBT (Belgische Vereniging voor Biologische Tandheelkunde) via bvbt@skynet.be. Zo hoeft niemand meer met mond vol tanden te staan als het woord 'biotandheelkunde' valt.

