TANDARTSPRAKTIJK
DIEVER



Patiëntinformatie · Klachten herkennen

Droge mond

Minder speeksel, meer zorg nodig

Een droge mond is vervelend en slecht voor uw gebit. Vaak komt het door medicijnen, zeker als u er meerdere gebruikt. Hier leest u wat speeksel doet en hoe u uw tanden extra beschermt.

Kruisstraat 2 · 7981 AR Diever
0521 - 59 28 90 · tandartspraktijkdiever.nl

Waarom is speeksel belangrijk?

Speeksel maakt praten, kauwen en slikken makkelijker. Het spoelt etensresten weg en remt de groei van bacteriën en schimmels. Ook neutraliseert het zuur. Zo beschermt speeksel uw tanden tegen gaatjes (cariës) en slijtage door zuur.

Is er te weinig speeksel, dan vormt tandplak zich sneller. Er ontstaan dan makkelijker gaatjes, vooral langs de rand van het tandvlees. Ook het tandvlees en het mondslijmvlies raken sneller geïrriteerd of ontstoken.

Hoe merkt u dat uw mond te droog is?

Iedereen heeft weleens een droge mond, bijvoorbeeld na lang praten of bij spanning. Blijft het droog, dan kunt u dit merken:

- u wilt steeds uw mond nat maken, ook ’s nachts
- droog eten zoals brood of een cracker slikt moeilijk zonder drinken
- uw tong en lippen voelen strak of plakkerig
- praten gaat moeizamer
- een branderig gevoel of een andere smaak in de mond

Waardoor krijgt u een droge mond?

De meest voorkomende oorzaak is medicijngebruik. Veel medicijnen remmen de speekselklieren. Denk aan middelen tegen hoge bloeddruk, plaspillen, antidepressiva, slaapmiddelen en middelen tegen allergie. Hoe meer medicijnen u gebruikt, hoe groter de kans. Daarom komt een droge mond bij 55-plussers veel voor.

Andere oorzaken zijn:

- ademen door de mond, bijvoorbeeld bij een verstopte neus of snurken
- uitdroging door koorts, diarree of te weinig drinken
- diabetes die niet goed is ingesteld

- het syndroom van Sjögren, een ziekte waarbij de traan- en speekselklieren ontstoken raken
- bestraling van hoofd of hals

Wat betekent een droge mond met een kunstgebit?

In een droge mond zuigt een kunstgebit minder goed vast. Het kan gaan schuiven. Daardoor ontstaan sneller pijnlijke drukplekken. Ook ontstaan er makkelijker schimmelinfecties.

Maak uw kunstgebit na elke maaltijd schoon met een protheseborstel en water. Maak ook het tandvlees en het gehemelte eronder schoon. Haal het kunstgebit ’s nachts uit, zodat het slijmvlies kan herstellen.

Wat kan de tandarts doen?

Uw tandarts kijkt hoe droog uw mond is en wat dat met uw gebit doet. Samen bespreken we wat helpt. Bijvoorbeeld:

- extra fluoride, zoals een tandpasta met extra veel fluoride op recept of een fluoridelak
- vaker controle, zodat beginnende gaatjes op tijd worden gezien
- advies over een speekselvervanger in de vorm van een gel of spray
- overleg met uw huisarts of specialist als medicijnen de oorzaak lijken te zijn

Wat kunt u zelf doen?

- Drink de hele dag door kleine slokjes water.
- Kauw suikervrije kauwgom of eet voedsel waarop u goed moet kauwen, zoals rauwkost of bruin brood. Dat zet de speekselklieren aan het werk.
- Poets twee keer per dag met fluoridetandpasta en een zachte borstel. Een milde tandpasta zonder sterke mentholsmaak prikt minder.
- Maak elke dag de ruimtes tussen uw tanden schoon.
- Vermijd zure snoepjes en zoete dranken. Die geven gaatjes en slijtage door zuur.
- Beperk alcohol en roken. Gebruik geen mondspoelmiddel met alcohol.

Wanneer belt u ons?

- Uw mond is al langere tijd droog.
- U krijgt ineens meer gaatjes of gevoelige tanden.
- U heeft pijnlijke plekken, een branderig gevoel of witte plekjes in de mond.
- Uw kunstgebit zit minder goed of geeft drukplekken.
- U gebruikt nieuwe medicijnen en merkt dat uw mond droger wordt.

Spoed buiten openingstijden? Bel 0900 - 8602.

Veelgestelde vragen

Kan ik zelf stoppen met medicijnen die een droge mond geven?

Nee, stop nooit zelf. Vraag uw huisarts of apotheker of een ander middel, een andere dosis of een ander tijdstip mogelijk is.

Helpen zure snoepjes tegen een droge mond?

Ze zetten wel speeksel in gang, maar het zuur en de suiker beschadigen uw tanden. Kies liever suikervrije kauwgom of water.

Moet ik vaker naar de tandarts?

Vaak wel, omdat gaatjes in een droge mond sneller ontstaan. Uw tandarts spreekt met u af hoe vaak u komt.

Tandartspraktijk Diever

Uw tandarts in het centrum van Diever

Wij vragen bij de controle naar uw medicijnen, zodat we een droge mond op tijd herkennen. We spreken met u af welke extra bescherming en controles bij u passen.

Zo verloopt uw afspraak

1. **U vertelt wat er speelt.** Een klacht, een vraag of gewoon de controle. Daar beginnen we.
2. **We onderzoeken en leggen uit.** U hoort direct wat we zien en of er iets moet gebeuren.
3. **U krijgt opties en kosten.** Bij een grotere behandeling krijgt u de stappen, alternatieven en kosten vooraf op papier.
4. **U beslist zelf.** Daarna plannen we de behandeling en de nazorg.

Alles onder één dak

Algemene tandheelkunde, implantologie en een eigen tandtechnisch lab zitten in hetzelfde pand. Tandarts en technicus stemmen vorm, kleur en pasvorm samen af.

Mijn vragen voor de tandarts

Schrijf op wat u wilt vragen. Neem deze folder mee naar uw afspraak.

TANDARTSPRAKTIJK
DIEVER

In het kort

- Speeksel beschermt uw tanden tegen gaatjes en zuur.
- Veel medicijnen geven een droge mond als bijwerking.
- Stop nooit zelf met medicijnen. Overleg met uw huisarts of apotheker.
- Met een droge mond zijn extra verzorging en regelmatige controle belangrijk.

Vragen? We denken graag mee.

Tandartspraktijk Diever

Telefoon	**0521 - 59 28 90**
Geopend	Maandag t/m donderdag 08:00 – 16:30 uur, vrijdag op afspraak
Adres	Kruisstraat 2, 7981 AR Diever
Spoed	Buiten openingstijden: 0900 - 8602

Lees meer online
Scan de code of ga naar tandartspraktijkdiever.nl/droge-mond.html. Daar vindt u ook veelgestelde vragen.