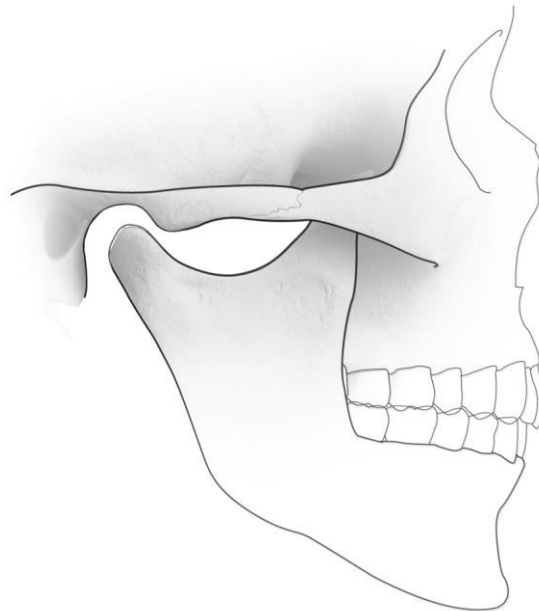


## Algemene maatregelen bij een droge mond



## Algemene maatregelen bij een droge mond

Bij het ervaren van een droge mond (xerostomie) of verdenking op het syndroom van Sjögren, zal in het algemeen eerst een speekselfunctietest worden uitgevoerd. Hierbij wordt driemaal speeksel opgevangen en gemeten: ongestimuleerd speeksel, kauw-gestimuleerd speeksel en zuur-gestimuleerd speeksel. Aan de hand van deze resultaten kan bekeken worden of de speekselproductie achterblijft ten opzichte van normaalwaarden. Daarnaast kan beoordeeld worden of er nog restfunctie van de speekselklieren bestaat óf dat de productie in het geheel afwezig of verminderd is. Met deze resultaten kan een individueel plan opgesteld worden om te trachten de droge-mond-klachten te verminderen.

In zijn algemeenheid is het zinvol om dagelijks voldoende water te drinken (met name tijdens de maaltijden), en dranken zoals koffie en alcohol te vermijden omdat deze de mond nog droger maken. Ditzelfde geldt voor het gebruik van tabak, in welke vorm dan ook. Verder valt te overwegen om in uw slaapkamer een luchtbevochtiger te plaatsen, omdat de (mond)slijmvliezen dan minder snel uitdrogen. Ook een verhoogd stressniveau kan een droge mond veroorzaken. Indien dit herkend wordt, kan overwogen worden dit met professionele hulp aan te pakken (bijvoorbeeld huisarts of psycholoog).

### Smaak- en kauwstimulantia

Indien tijdens het speekselfunctietest een potentiële restfunctie wordt waargenomen, is het zaak om deze restfunctie te optimaliseren en zo mogelijk te vergroten. De zogenaamde speekselsecretie kan geoptimaliseerd worden door het beïnvloeden van de smaak en/of kauwfunctie.

Zure smaak, maar ook zoet en menthol, kan de speekselproductie doen toenemen. Meestal kunnen suikervrije snoepjes goed voor dit doel dienen. Voorbeelden hiervan zijn: Sula, Ricola, Anta Flu menthol, Smint, Bentasil. Suikervrij is erg belangrijk omdat met name in mondholte bij verminderde speekselproductie, de kans op het ontstaan van gaatjes in tanden en kiezen vergroot is (tandbederf / cariës). Om deze reden wordt ook geadviseerd om regelmatig uw mondhygiënist(e) en tandarts te bezoeken om specifiek dit aspect te laten controleren en behandelen (met onder andere speciale fluoride-applicaties).

Door kauwgom te kauwen worden de speekselklieren aangezet om speeksel aan te maken ('de hersenen hebben het idee dat de mond speeksel nodig heeft'). Ook hier is het belangrijk om suikervrije kauwgom te gebruiken. Omdat aan de kauwgom meestal ook een smaakstof is toegevoegd is de werking gelegen op zowel het kauw-gebied als smaak-gebied.

## Speekselsubstituten

Indien deze maatregelen geen of weinig effect geven, kan worden overgegaan tot het gebruik van kunstspeeksel (speekselsubstituten). Er zijn meerdere varianten op de markt, die in verschillende vormen (gel, spray, spoeldrank, tandpasta) en in diverse samenstellingen voorkomen. In het algemeen moet het mogelijk zijn om met een speekselsubstituut gedurende enkele uren (2-4 uur) een redelijke mondbevochtiging te verkrijgen. De meeste in de handel zijnde kunstspeeksels bevatten carboxymethylcellulose, mucine, polyacrylzuur of xanthan. Andere bestanddelen van kunstspeeksels zijn smaakversterkers xylitol of sorbitol, en vaak is ook fluoride toegevoegd om de kans op het ontstaan van gaatjes te verkleinen. Het verschil tussen de diverse kunstspeeksels zit hem vooral in de verschillende visco-elastische eigenschappen, waardoor een patiënt kan kiezen welk preparaat op individueel niveau de beste eigenschappen heeft. Dit is mede afhankelijk van de hoeveelheid aanwezige speekselproductie. Van belang is om te weten dat bij onvoldoende effect bij het ene variant een andere variant veel geschikter kan zijn. Soms kan het zoeken naar het optimale speekselsubstituut dan ook een behoorlijke zoektocht zijn.

Lijst met bekende speekselsubstituten:

- Artisial<sup>®</sup> (mondspray)
- Biotène<sup>®</sup> (gel, mondspray, tandpasta, mondspoeling: [www.biotene.nl](http://www.biotene.nl))
- BioXtra<sup>®</sup> (gel, mondspray, tandpasta, mondspoeling: [www.bioxtra.info/nl](http://www.bioxtra.info/nl))
- Caphosol<sup>®</sup> (mondspoelmiddel)
- Dentaïd Xeros (gel, mondspray, tandpasta, mondspoeling: [www.dentaid.nl](http://www.dentaid.nl))
- Evodry<sup>®</sup> (mondspray, [www.farmaline.nl](http://www.farmaline.nl))
- GC Dry mouth gel<sup>®</sup> (gel)
- Glandosane<sup>®</sup> (mondspray)
- Gum Hydral<sup>®</sup> (gel, mondspray, tandpasta, mondspoeling: [www.drogemond.nl](http://www.drogemond.nl))
- Multi-Oral gel<sup>®</sup> (mondspray: [www.multi-oral.nl](http://www.multi-oral.nl))
- Oralube<sup>®</sup> (mondspray: [www.perrigo.com.au](http://www.perrigo.com.au))
- Oxyfresh<sup>®</sup> (mondspray, tandpasta, mondspoeling: [www.oxyfresh.nl](http://www.oxyfresh.nl))
- Saliva Medac<sup>®</sup> (mondspray)
- Saliva Orthana<sup>®</sup> (mondspray: [www.aspharma.co.uk](http://www.aspharma.co.uk))
- Sensodyne Oasis<sup>®</sup> (mondspray, mondspoeling)
- Siccasan<sup>®</sup>
- Xerotin<sup>®</sup> (mondspray: [www.norgine.com](http://www.norgine.com))
- Xeromed<sup>®</sup> (mondspray)
- Xialine<sup>®</sup> (spray, mondspoeling)

De meeste producten zijn verkrijgbaar via de apotheek. Indien dit niet het geval is, kan aankoop via internet overwogen worden.

Voor het gebruik van dit soort middelen wordt allereerst verwezen naar de bijsluiter van het bewuste product. In het algemeen gelden de volgende adviezen:

- Starten met spray-toediening, bij onvoldoende effect overstappen op de gel- of mondspoeling-variant.

- Bij het onvoldoende werkzaam zijn van een product is het verstandig een ander product te proberen.
- Spray: verstuiven in de mond zo veel als nodig
- Gel: 1 tot 2 cm gel met de vingertop direct op de gevoelige/droge plekken aanbrengen, zo veel als nodig.
- Mondspoeling: 2 keer per dag gedurende 30 seconden de mond spoelen, het product niet doorslikken.

### **Medicatie**

Bij patiënten met ernstige achterblijvende speekselproductie na bestraling van het hoofd-halsgebied of bij een vergevorderd syndroom van Sjögren, kan systemische (orale) toediening van Pilocarpine een verlichting geven. Of dit een beter effect heeft dan gebruik van kunstspeeksel is in onderzoek nog niet aangetoond. Driemaal daags zal een dosis per tablet worden toegediend, en het duurt ongeveer 2 maanden voordat het optimale effect van Pilocarpine verwacht mag worden. Bekende bijwerkingen van Pilocarpine zijn overmatig zweten, warm hoofd en hoofdpijn, waarbij soms de bijwerking niet opweegt tegen de speeksel stimulerende werking. Daarnaast wordt Pilocarpine niet in alle gevallen door de zorgverzekeraar vergoed. Het gebruik van Pilocarpine is afhankelijk van overige medicatiegebruik en de algemene lichamelijke conditie.

### **Vragen**

Het is belangrijk dat u juiste en duidelijke informatie krijgt. Met deze informatie beslist u, samen met uw MKA-chirurg, of u de behandeling laat doen. Heeft u na het gesprek met de MKA-chirurg en na het lezen van deze folder nog vragen, stel deze dan gerust. Schrijf uw vragen van tevoren op, zodat u niets vergeet.

Heeft u vragen of problemen of kunt u niet naar de afspraak komen, bel dan:

Polikliniek mond-, kaak- en aangezichtschirurgie (MKA-chirurgie)

Tijdens kantooruren van maandag t/m vrijdag

Spaarne Gasthuis (023) 224 0080

Rode Kruis Ziekenhuis (0251) 265 697

Buiten de normale werktijden belt u de afdeling spoedeisende hulp

Spaarne Gasthuis locatie Haarlem Zuid (023) 224 48 80

Spaarne Gasthuis locatie Hoofddorp (023) 224 68 80

Rode Kruis Ziekenhuis (0251) 265 470

### Algemene adresgegevens

#### **Spaarne Gasthuis locatie Haarlem Zuid**

Boerhaavelaan 22, 2035RC Haarlem

**Telefoonnummer polikliniek:** (023) 224 00 80

**Telefoonnummer algemeen:** (023) 224 00 00

**Postadres:** Postbus 417, 2000 AK Haarlem

**Website algemeen:** [www.spaarnegasthuis.nl](http://www.spaarnegasthuis.nl)

**E-mail polikliniek:** [kaakchirzuid@spaarnegasthuis.nl](mailto:kaakchirzuid@spaarnegasthuis.nl)

#### **Spaarne Gasthuis locatie Hoofddorp**

Spaarnepoort 1, 2134 TM Hoofddorp

**Telefoonnummer polikliniek:** (023) 224 00 80

**Telefoonnummer algemeen:** (023) 224 00 00

**Postadres:** Postbus 770, 2130 AT Hoofddorp

**Website algemeen:** [www.spaarnegasthuis.nl](http://www.spaarnegasthuis.nl)

**E-mail polikliniek:** [polikaak@spaarnegasthuis.nl](mailto:polikaak@spaarnegasthuis.nl)

#### **Rode Kruis Ziekenhuis**

Vondellaan 13, 1942 LE Beverwijk

**Telefoonnummer polikliniek:** (0251) 26 56 97

**Telefoonnummer algemeen:** (0251) 26 55 55

**Postadres:** Postbus 1074, 1940 EB Beverwijk

**Website algemeen:** [www.rkz.nl](http://www.rkz.nl)

Op de locaties Heemstede en Haarlem Noord van het Spaarne Gasthuis zijn geen poliklinische voorzieningen van de afdeling mond-, kaak- en aangezichtschirurgie.

**Disclaimer** MKA Kennemerland spant zich in om de inhoud van deze patiënteninformatie zo vaak mogelijk te actualiseren en/of aan te vullen. Ondanks deze zorg en aandacht is het mogelijk dat inhoud onvolledig en/of onjuist is.

**Copyright** Alle rechten van intellectuele eigendom betreffende deze materialen liggen bij MKA Kennemerland. Kopiëren, verspreiden en elk ander gebruik van deze materialen is niet toegestaan zonder schriftelijke toestemming van MKA Kennemerland.