



Uitvaarttrends

**CREMATIE-AS KAN
IN VOGELHUISJES
EN PLANTENURN**

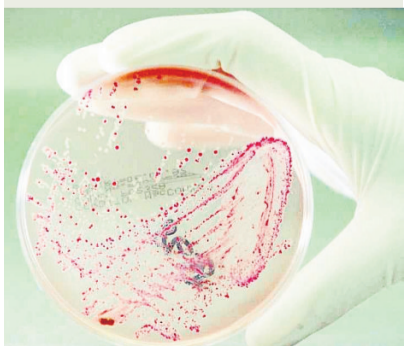
→ 2-3



Een nieuw begin

**CORNÉ (50) LEEFT
OP NA VERKOOP
VAN KWEKERIJ**

→ 8



Microbirthing

**SMEER JE BABY
MAAR LIEVER NIET
IN MET BACTERIËN**

→ 8



ROBIN (6),
I GAATJE

FOTO: KOEN VERHEIJEN

Poetsalarm!

ZELDEN KLINKT NOG 'MAMA, GEEN

gaatjes'

De tandarts is ongerust: steeds meer kinderen verwaarlozen hun gebit, met gaatjes tot gevolg. Er moet weer beter worden (na)gepoetst! → 6-7

VRAAG HET DE
DESKUNDIGESteven Pont is
ontwikkelings-
psycholoog.Ouders willen perfecte
kinderen voortbrengen

Elke week beantwoordt een deskundige lezersvragen over gezondheid, psyche of voeding. Vandaag: ontwikkelingspsycholoog Steven Pont.

Ik heb geen kinderen en erger me aan al die verhalen over hoe geweldig iedereen zijn eigen gebroed wel niet vindt. Nu bedacht ik: ofwel ik ben niet normaal omdat ik heel gewone kindertjes zie, ofwel die ouders zijn niet normaal omdat ze allemaal denken dat elk van hun projectjes een geschenk aan deze wereld is. Wie is er nou gek?

Je hebt gelijk dat er meer aandacht is voor de generatie van nu dan voor welke voorgaande generatie dan ook. Vroeger hadden mensen acht kinderen, van wie er drie voor hun 20ste overleden. Dan hield je er nog vijf over. Nu hebben we gemiddeld nog geen twee kinderen, dus je begrijpt dat de ouderlijke concentratie per kind is toegenomen. Ook is er een enorme toename aan diagnostiek bijgekomen.

De manieren waarop we kunnen vaststellen dat kinderen toch een beetje 'stuk' zijn, zijn de laatste dertig jaar geëxplodeerd. Dat is aan de ene kant een zegen, want een dyslectisch kind stond heel vroeger in de hoek met ezelsoren waarop 'DOM' stond. Aan de andere kant is opvoeden niet meer iets wat je erbij doet. Het is een kunststuk op zichzelf

“
Een dyslectisch kind stond heel vroeger in de hoek met ezelsoren waarop 'DOM' stond

geworden en we vinden daarbij snel dat kinderen 'iets' hebben. Maar we willen tegelijkertijd ook allemaal de perfecte ouder zijn, in de hoop ook perfecte kinderen voort te brengen. Dat is de bron van de overconcentratie die je ziet, waarvoor we bovendien het geld, de tijd en de hulpmiddelen hebben, én vaders die bereid zijn in de opvoeding wat meer te doen. Dat kan er voor een buitenstaander overdreven uitzien.

Aan de andere kant levert die concentratie ons iets op. In dit land zijn de kinderen het gelukkigst, geven kinderen hun ouders een hoog cijfer en is de kloof tussen ouders en kinderen het kleinst. We betalen er wel een prijs voor. We willen niet autoritair zijn, want 'werkelijk' contact met je kind staat hoog in het vaandel. We willen alles van ze weten en daarvoor moet de afstand zo klein mogelijk zijn. Dat is het dilemma van al die ouders waar jij zo hoofdschuddend naar kijkt. Niemand is dus gek. Die ouders niet, want die willen het beste voor het weinige nageslacht dat ze hebben, maar jij ook niet als je denkt dat we hier en daar een beetje zijn doorgeslagen.

Ook een vraag? Mail naar hartenziel@persgroep.nl

HET PANEL

VOEDINGS-
DESKUNIGE
Ay Lin KhoHUISARTS
Rutger
VerhoeffRELATIE-
THERAPEUT
Caroline FranssenMORRIS (7),
0 GAATJESEMRE (7),
2 GAATJESSALMA (7),
0 GAATJESSULAF (9),
1 GAATJE

Poetsalarm!

HET MELKGEBIT RAAKT IN
verval

Het gaat niet best met de gebitten van jonge kinderen. Met poetslessen op de basisschool, maar ook met tips voor nonchalante ouders bindt de tandarts de strijd aan tegen tandplak en gaatjes.

TEKST ARNOUD KLUITERS | FOTO'S KOEN VERHEIJDEN

Op de buitenschoolse opvang van de Spitsbergenschool in Apeldoorn schieten de vingers de lucht in als Wijnanda van Holland vraagt wie weleens een gaatje heeft gehad. „Ik twee,” zegt een meisje. „Ik vier,” overtroeft een klasgenootje haar. Van de zestien kinderen van 5 tot 9 jaar melden er zes nooit een gaatje te hebben gehad. Voor Wijnanda geen verrassing. Zij geeft voorlichting over tandenpoetsen op scholen, namens de GGD Noord- en Oost-Gelderland. Elke schooldag ziet zij waarover tandartsen de noodklok luiden: het aantal kinderen met een gaaf gebit neemt af.

41%

41 procent van de 5-jarigen had in 2011 al minstens één gaatje, blijkt uit wetenschappelijk onderzoek van TNO. Al 29 jaar onderzoekt TNO elke zes jaar de staat van de gebitten van een groep kinderen van 5, 11, 17 en 23 jaar.

De oorzaak? Veel ouders denken te gemakkelijk over gebitsverzorging, zegt tandarts Theo Merkus, voormalig bestuurslid van de Nederlandse Vereniging voor Kindertandheelkunde.

Opa en oma

„Wat opvalt is dat de ouders van die jonge kinderen vaak wél een goed gebit hebben. Zij beschouwen het als vanzelfsprekend, maar ze vergeten dat dit mede aan hún vader en moeder is te danken. Die keken strenger toe op gebruik van snoep en frisdrank, en hoe vaak kinderen dat mochten. Tel daarbij op dat opa en oma minder streng zijn en hun kleinkinderen lekker

REEM (9),
0 GAATJESMOHAMMED
(9),
7 GAATJES

POETSLES

De kinderen in de poetsles van Wijnanda van Holland durven best de staat van hun gebit te laten zien. Vier van de elf hebben nog geen gaatjes.

BEGUM (8),
3 GAATJESEVELIEN (6),
0 GAATJESAYMAN (7),
2 GAATJESHANNA (7),
1 GAATJE

verwennen. Met zoetheid. Want waar vroeger water een gangbare dorstlesser was, krijgt de huidige generatie kinderen al snel suikerrijke drank of snacks aangereikt." Soms zijn bij peuters de tandjes al tot op het tandbeen weggerot, ziet Merkus. „Dan zijn er alleen zwarte stompjes over.”

Het begint al bij een huilende baby. Om te kalmeren krijgt die een flesje met vruchtensap of siroop in de mond gestopt, letterlijk als zoethoudertje. „Zo'n flesje went en wordt een blijvertje. Met vaak desastreuze gevolgen.”

Verantwoordelijkheid

Ook Erik Vermaire is bezorgd over de staat van het kindergebitt. Hij is tandarts in Alkmaar en werkt als onderzoeker bij de afdeling Child

Health van kennisinstituut TNO. Hij zou willen dat ouders en zorgverleners de verantwoordelijkheid voor kindergebitten weer gaan delen. „We doen in ons land veel aan preventie, denk aan halfjaarlijkse controles en extra fluoridebe-



Soms zijn bij peuters de tandjes al tot op het tandbeen weggerot. Dan zijn er alleen nog zwarte stompjes over

handelingen. Tandartsen, mondhygiënist en preventieassistenten vertellen ons hoe we mond en gebit gezond houden. Maar die benadering heeft een nadeel. We leggen ons lot steeds meer in handen van die deskundigen. Terwijl het juist belangrijk is dat ouders en kinderen zélf al zo vroeg mogelijk leren hoe het gebit te verzorgen. We adviseren daarom dat kinderen al vanaf het tweede jaar met de ouders meegaan naar de tandarts. Maar bij vier op de tien peuters gebeurt dat niet.”

Deense preventie

Vermaire verwijst naar Denemarken, waar de inwoners van het stadje Nexø de gezondste gebitten van het land bezitten. Daar hantieren tandartsen een methode die ook in ons land wordt ingevoerd: 'Gewoon gaaf'. „De tandarts geeft een cijfer op basis van de hoeveelheid tandplak en -bederf en in welke mate de tanden al zijn doorgebroken. Dat geldt ook voor de inbreng en de motivatie van de ouders: hoe belangrijk vinden zij het om dagelijks plak te verwijderen? Poetsen ze na?”

Hoe lager het cijfer, hoe groter de kans op een minder goed verzorgd gebit en dus op gaatjes. Des te belangrijker dat de tandarts of de mondhygiënist dan de ouders vroegtijdig coacht om verdere schade te voorkomen. Dat kan betekenen dat een kind vaker op controle komt.

Vermaire toetste de Deense methode in een tandartspraktijk in Den Bosch. Daar volgde hij drie jaar lang honderdtachtig kinderen van 6 tot 9 jaar. Kregen zij een standaardbehandeling dan ont-

Beginnend gaatje? Niet altijd vullen

Beginnende gaatjes hoeven niet altijd te worden gevuld om verdere schade te voorkomen, stelt tandarts Erik Vermaire. „Soms is het beter om ze als het ware inactief te maken door de plak te verwijderen en eetgewoontes te veranderen. Vaak wordt een beginnend gaatje bedekt met fluoride-lak, zodat geen verdere schade kan ontstaan.” Met name bij melkgebitten is preventie zinvol. De tandarts leert ouders en kind hoe ze verstandiger kunnen eten én het gebit verzorgen. „Dat is leerzamer dan simpelweg een melktand vullen. Komt het blijvende gebit door, dan weet het kind beter hoe het de tanden gezond kan houden.”

stond bij een op de drie kinderen een gaatje. Volgden de kinderen de Deense aanpak dan kreeg slecht een op de zes een gaatje. „Die methode leidde dus tot minder gaatjes in de Bossche kindergebitten.”

Het onderzoek in Den Bosch heeft vorig jaar een vervolg gekregen met onderzoeksproject GigaGaaf in de regio's Oost-Groningen en Den Haag, een samenwerkingsverband van TNO, het UMC Groningen en de Erasmus Universiteit in Rotterdam. „Bij GigaGaaf gaat het om kinderen tot ongeveer 6 jaar: vanaf een doorgebroken eerste tandje tot het moment dat de eerste blijvende kies verschijnt,” zegt Erik Vermaire. „Zelfs meewerkende tandartsen hadden in eerste instantie hun bedenkingen: al die onrustige baby's die je maar een minuutje in de mond kijkt, is dat nodig? Maar hoe vroeger je ouders coacht, hoe kleiner de kans op gebitsschade op latere leeftijd. Dat hopen we straks, als die baby's 6 jaar zijn, terug te zien in de onderzoeksresultaten.”

Poetsdiploma

Bij de poetslessen van Wijnanda van Holland op de Spitsbergen-school in Apeldoorn komt inmiddels een reusachtige tandenborstel tevoorschijn. „Om de stoute bacteriën te verwijderen,” zegt een slimmerik. „Als je te veel zoet eet, plassen ze zuur over je tanden en kun je gaatjes krijgen.”

Punt verdient! Na afloop krijgt de hele klas een borstel, tandpasta en een poetskaart vol zonnetjes en manen mee. Een week lang kleuren de kinderen ze in na het ontbijt en voor het slapen gaan. Wie de kaart bij de juf inlevert, verdient een giga-gaaf poetsdiploma.



→ Begum en Mohamed (7) volgen poetsjuf Wijnanda van Holland.