

Linda krijgt de tandarts aan huis

Bij Linda komen de tandarts en de mondhygiënist aan huis. In haar eigen prikkelarme woning laat Linda zich nu zonder problemen behandelen.

Linda (44) zit op de bank in haar tweekamerappartement in een woonvoorziening in Drachten. In de huiskamer staan verder een stoel en een tafeltje, en er zijn warme lampen die voor wat sfeer zorgen.

Linda kijkt naar een scherm achter plexiglas, met daarop beelden uit een tekenfilm van een winterlandschap. Sneeuw dwarrelt zachtjes uit de lucht. Hier wordt iedereen rustig van.

Begeleider Jan Willem Westerbeek had voor het interview een programmaatje bedacht. Eerst zouden we sa-



Bij Linda, hier met begeleiders Danillo en Jan Willem, komen de mondhygiënist en de tandarts thuis langs

Ze raakte gespannen door het wachten bij de tandarts

men een kopje koffie of thee drinken, zodat we even konden wennen aan elkaar. Daarna zou Linda met een koptelefoon op haar hoofd tot rust kunnen komen. Waarna we met het gesprek zouden beginnen.

Maar het blijkt allemaal niet nodig te zijn. Linda zit er klaar voor en heeft bijna geen vragen nodig om haar ver-

haal te vertellen. Ze praat achter elkaar door. Ze wordt alleen af en toe onderbroken door Jan Willem die wat verduidelijkt of toelichting geeft.

Nare ervaringen

In haar jeugd heeft Linda een paar nare ervaringen bij de tandarts gehad. Er werd een keer een gaatje geboord en dat deed “verrekte veel pijn”. Daar-

na moest ze een keer heel lang wachten voordat ze geholpen werd. “Ik lag heel lang in de tandartsstoel, zonder dat er wat gebeurde. Dat was heel naar.”

Door deze en andere ervaringen werd voor Linda elk bezoek aan de tandarts én de mondhygiënist een kwekking. Linda, die hechtingsproblematiek heeft, kon daar nogal heftig tegen in verzet komen. Zo bang was ze om te gaan.

Op een gegeven moment was de situatie zo onhoudbaar geworden dat de bezoeken aan de tandarts en mondhygiënist helemaal stopten. Lin-



Gepke Bosma, coördinator mondzorg gehandicaptenzorg van Alliade en onderzoekers Kirsten Menge en Karen van Huizen

da wilde er niet meer heen. Ook al kreeg ze gaatjes en had ze veel pijn.

Speciaal voor het interview heeft Linda een mooi rood vest aangetrokken met een kleurig T-shirt eronder. Het hoort bij de verandering die ze heeft ondergaan. Een verandering die er ook voor zorgde dat ze zich sinds een paar jaar weer door de tandarts en mondhygiënist laat behandelen.

Linda vertelt hoe dat ging. Ze zag er vroeger anders uit. Maar op een ge-

ven moment wilde ze er, geholpen door de persoonlijke doelen in haar ondersteuningsplan, mooier en vrouwelijker uitzien.

Directe aanleiding voor deze verandering was haar haar. “Door de coronaperiode was mijn haar langer geworden. Dat vond ik wel leuk staan. Ik heb het niet meer kort laten knippen.”

Ze vond het niet alleen belangrijk dat haar haar goed zat en dat ze mooie kleren aan had. Ook wilde ze dat haar gebit er beter uit zou zien.

Bovendien had ze veel pijn aan haar tanden en kiezen. De gaatjes moesten worden aangepakt.

In het Nij Smellinghe Ziekenhuis in Drachten werd Linda in een aparte kamer ontvangen. Twee begeleiders stonden aan haar zijde. Ze waren er toen ze in slaap gebracht werd en ook toen ze weer wakker werd. De gaatjes werden gevuld, haar gebit werd gerenoveerd.

Nu waren de gaatjes wel aangepakt, maar Linda wist ook dat ze nieuwe gaatjes zo veel mogelijk moest voorkomen. Dus goed poetsen, maar ook haar gebit regelmatig laten bekijken en behandelen door de tandarts en mondhygiënist.

Om de drempel te verlagen, werd besloten dat beiden bij haar langs zouden komen. “Dat vond ik heel fijn.”

De mondhygiënist komt één keer in de zes weken en maakt dan een deel van haar gebit schoon. De tandarts komt, samen met een assistente, één keer per half jaar. Linda wordt op haar eigen bank of stoel geholpen, in haar eigen prikkelarme woning. En er is altijd een begeleider om haar bij te staan.

Spanning

Jan Willem beaamt dat Linda en haar omgang met de tandarts en mondhygiënist veranderd is. Zo kan ze het met minder begeleiding aan. “Vroeger waren er meerdere begeleiders nodig om haar rustig te houden tijdens een tandartsbezoek. Nu zit er maar één begeleider bij haar als de tandarts of mondhygiënist er is.”

Ook zijn er veranderingen aangebracht met betrekking tot de wachttijd. Omdat Linda thuis behandeld wordt, is dat makkelijker te realiseren.

“Toen Linda naar de tandartspraktijk ging, moest ze bijna altijd wachten voordat ze aan de beurt was. Waarvoor ze heel gespannen raakte. We vertellen nu pas een uur of minder van tevoren dat er iemand komt voor haar gebit. Dan heeft ze geen tijd om spanning op te bouwen.”

Onderzoek

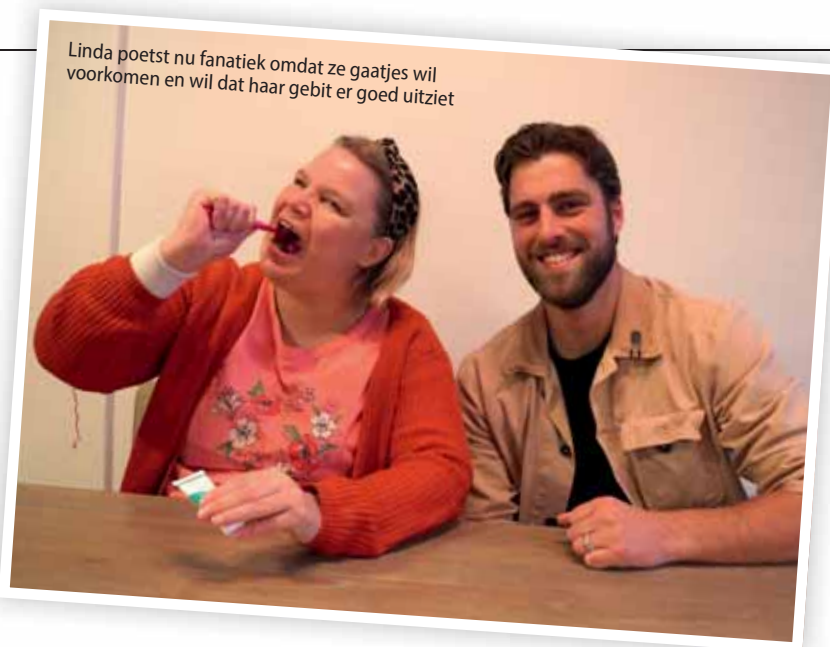
Een projectteam van de afdeling Praktijkgericht Wetenschappelijk Onderzoek (PWO) van Alliade deed onderzoek naar de mondgezondheid en het tandartsbezoek van een groot aantal cliënten. De onderzoekers hebben van 150 cliënten van Alliade het dossier bekeken. Dit waren 50 mensen met een licht verstandelijke beperking, 50 met een matig verstandelijke beperking en 50 met (zeer) ernstige verstandelijke en meervoudige beperkingen.

Uit het dossieronderzoek kwam onder meer naar voren dat een grote groep mensen elk half jaar de tandarts bezoekt: 125 van de 150 cliënten. Het aantal cliënten dat de mondhygiënist bezoekt, ligt lager: 55 cliënten.

Hoewel dus relatief veel cliënten naar de tandarts gaan, is zo'n bezoek niet vanzelfsprekend. Uit het onderzoek blijkt dat veel cliënten angst ervaren om te gaan. Ook zijn er soms financiële belemmeringen of is een bezoek aan de tandartspraktijk moeilijk te organiseren. Verder is er soms zo veel met een cliënt aan de hand, bijvoorbeeld gedragsproblematiek, waardoor een bezoek aan de tandartspraktijk geen prioriteit krijgt.

Lees meer over het onderzoek ‘Een gezonde mond, een zorg minder’ op [Alliade.nl/pwo](https://alliade.nl/pwo).

Voor de complimenten van de mondhygiënist wil ze wel haar best doen



- Er is nog meer veranderd. Jan Willem legt uit dat Linda vroeger ervan uitging dat altijd dezelfde begeleiders met haar naar de tandarts of mondhygiënist gingen. Zo was dat gegroeid. “Nu proberen we Linda zodanig te laten wennen aan de mondhygiënist en de tandarts dat die voor haar vertrouwde figuren worden. En dat het dan niet meer voor haar uitmaakt welke begeleider erbij zit.”

Jan Willem ziet uiteraard ook dat Linda beter voor zichzelf zorgt. “Vroeger kon ze weigeren om haar tanden te poetsen. Ze ging dan wel eens zonder te poetsen naar bed.”

Nu neemt ze zelf de verantwoordelijkheid. Bij de afsluiting van de dag zegt ze: “Ik moet eerst mijn tanden poetsen.”

De begeleider denkt dat dit ook komt, omdat ze blij is met de compli-

menten die de mondhygiënist haar geeft. “Daar wil ze wel haar best voor doen.”

Routines aanpassen

Het tandenpoetsen doet Linda nu misschien wel een beetje te goed. Er is waarschijnlijk een wortel bloot komen te liggen, omdat ze zo hard poetst. “We willen eraan werken om Linda zachter te laten poetsen.”

Het doorvoeren van zo’n aanpassing kost tijd. Linda heeft er moeite mee om iets in haar routines aan te passen. Dat geldt ook voor de nieuwe tandpasta die haar is geadviseerd en beter is voor haar tandvlees. “Ook dat zal wel even duren, voordat ze het oppakt.”

Volgens Jan Willem is het de bedoeling dat Linda in de toekomst weer naar de mondhygiënist of de tandarts toegaat. Dus willen haar begeleiders haar laten wennen aan de omgang met de spanning die een aankomend bezoek met zich meebrengt.

“We gaan nu langer van tevoren vertellen dat ze bezoek van de mondhygiënist of tandarts krijgt. We zijn nabij om haar te ondersteunen als ze dit spannend vindt.”

Het is een project van de lange adem. Maar Jan Willem heeft er vertrouwen in. “Linda is van zo ver gekomen. Weer zelf naar de tandartspraktijk gaan, moet ook gaan lukken.” |

Rol van begeleiders

Begeleiders hebben een belangrijke rol bij een goede mondverzorging van hun cliënten. Niet alleen bij het ondersteunen bij het poetsen, maar ook bij (de voorbereiding op) een bezoek aan de tandarts of mondhygiënist:

- In het algemeen vinden cliënten het fijn als telkens dezelfde begeleider meegaat. Een begeleider die hij of zij vertrouwt.
- De begeleider kan een bezoek voorbereiden door foto’s of picto’s te laten zien.
- Ook kan de begeleider zorgen dat er een goede afstemming is tussen cliënt, familie, begeleider en tandarts. En de tandarts kan tips geven om het bezoek beter te laten verlopen. Wat vindt de cliënt prettig? Wat niet?
- Is, ondanks goede voorbereiding thuis, een bezoek nog steeds lastig? Dan kan de begeleider met de tandarts afspreken dat de cliënt vaker komt om te wennen. Eerst om in de stoel te zitten. Daarna een keer, zodat de tandarts met een spiegeltje in de mond kan kijken, en zo steeds een stapje verder.
- Als het bezoek aan de tandartspraktijk achter de rug is, is het belangrijk dat de begeleider de adviezen van de tandarts of mondhygiënist opneemt in het dossier van de cliënt in verband met de dagelijkse mondzorg en begeleiding hierbij. Dat wordt nog wel eens vergeten.
- Tot slot: is de cliënt zo gespannen of vertoont hij zo veel weerstand dat een controle of behandeling echt niet mogelijk is, bespreek dit dan met de gedragskundige, arts en tandarts. Misschien kan de cliënt thuis geholpen worden? Misschien kan er rustgevende premedicatie gegeven worden? Of kan een behandeling onder narcose helpen?

Tips

De onderzoekers hebben naast dossier- ook literatuuronderzoek gedaan. Op grond van dit onderzoek verzamelden ze een groot aantal tips die een bezoek aan de tandarts of mondhygiënist kunnen vergemakkelijken:

- Bereid de cliënt goed voor op het bezoek, door bijvoorbeeld foto's of picto's te laten zien.
- Het meegaan van een vertrouwde begeleider of een familielid kan helpen om een bezoek beter te laten verlopen.
- Het is in het belang van de cliënt dat hij of zij niet of slechts kort hoeft te wachten, en dat de wachtruimte uitnodigend is, met stilte of rustige muziek en tijdschriften/prentenboeken.
- De tandarts of mondhygiënist heeft ervaring en affiniteit met de doelgroep, en mag bijvoorbeeld met de voornaam worden aangesproken.
- De tandarts of mondhygiënist neemt de tijd voor de cliënt en last voldoende pauzes in, spreekt rustig, vriendelijk en duidelijk en legt met bijvoorbeeld foto's of picto's uit wat er gaat gebeuren.
- Ook het meetellen met telkens een onderdeel van een behandeling kan helpen. Evenals het complimenteren van de cliënt bij elk stapje dat tijdens de controle of behandeling is genomen.
- Bij een controle of behandeling kan het voor de cliënt fijn zijn om iets vast te houden. Bijvoorbeeld een knuffel of dekentje, waar hij of zij zich prettig bij voelt. Ook kunnen sensorische aanpassingen, zoals aangepaste verlichting, muziek en visuele projecties, een kalmerende werking hebben.
- Sluit een bezoek positief af en geef de cliënt positieve feedback. Laat ook bijvoorbeeld een activiteit doen die hij of zij leuk vindt. Maar het kan zijn dat de cliënt juist even een moment voor zichzelf nodig heeft.

Alle tips en ook de adviezen voor begeleiders uit het kader op pagina 24 zijn terug te vinden in een folder die op de onderzoekspagina van **'Een gezonde mond, een zorg minder' op Alliade.nl/pwo** is te downloaden.