

‘Vraag aan de patiënt of hij kaakklachten heeft!’



Tandartsen en mondhygiënisten krijgen regelmatig te maken met patiënten met kaakklachten, al dan niet veroorzaakt door bruxisme. Orofaciale fysiotherapie kan deze klachten vaak verhelpen. dental INFO sprak met orofaciaal fysiotherapeut Saskia Vrickx over orofaciale klachten en de behandeling ervan.

Wat doet een orofaciaal fysiotherapeut?

“Een orofaciaal fysiotherapeut behandelt klachten aan het kauwstelsel en het hoofd-, nek en halsgebied. Het gaat dan om onbegrepen tand- of kiespijn, slijtage aan het gebit door bruxisme, kaakklachten, hoofdpijn of migraine, tinnitus en oorklachten, aangezichtsverlamming, aangezichtspijn en duizeligheid of BPPD (positieduizeligheid). Hoe de behandeling er precies uitziet hangt af van de symptomen en oorzaken. Soms zijn wat tips geven voldoende, maar vaak bestaat de behandeling ook uit het masseren van het gelaat of mobilisatie van de kaak en oefeningen. Een goede lichaamshouding is ook erg belangrijk; de positie van het hoofd is van invloed op de wervels, het kaakgewricht en de spieren. Als die lichaamshouding niet goed is, geeft ik advies hoe deze aangepast kan worden.”

Wat voor klachten kom je tegen die te maken hebben met mondzorg?

“Van klemmen of knarsen kun je behoorlijke schade of slijtage aan het gebit krijgen. Ook bouw je hiermee veel spanning op in de spieren van het kauwstelsel, nek, hals en hoofd. Er zijn ook mensen met kaakgewrichtsklachten, zij hebben beperking van de mondopening, gewrichtsgeluiden of functiebeperking, zoals bij afhappen, gapen of tandenpoetsen. Daarnaast komen (acute) slotklachten voor. Deze klachten noemen we

TemporoMandibulaire Disfunctie (TMD).

Best veel mensen hebben orofaciale klachten; 12% van de Nederlandse bevolking heeft bijvoorbeeld last van dentale pijn en 5% van TMD.”

Komen deze klachten vaak voort uit bruxisme?

“Onder bruxisme verstaan we alle vormen van klemmen, knarsen en fixeren van de kaken. Vaak is dit de oorzaak van de klachten, maar dat hoeft niet per se. Je kunt ook verkeerd liggen of in aanleg kaakklachten hebben. Ook een val, klap of ander trauma kan de oorzaak zijn. Tandheerkundige behandelingen kunnen ook klachten geven, omdat de patiënt -al dan niet met verdoving- langere tijd de mond open heeft.”

Maakt het voor de behandeling uit of je last hebt van waak- of slaapbruxisme?

“Aan slaapbruxisme kun je niet zo veel doen. Belangrijk is om daarbij wel je gebit te beschermen; je kunt 's nachts een beetje of opbeetplaat dragen. Mijn ervaring is dat zo'n opbeetplaat het kaakklemmen zelf meestal niet vermindert. Op die plaat kunnen mensen juist bijten, dus hou je de spierspanning. Een opbeetplaat sluit een bezoek aan de orofaciaal fysiotherapeut dan ook niet uit en andersom ook niet. Ik ben er zeker voorstander van om met verschillende disciplines samen te werken.”

Klachten kunnen ook door orthodontie veroorzaakt worden?

“Je moet niet onderschatten wat een beugel doet aan het hoofd-halsgebied. Een beugel werkt niet alleen op je tanden, maar kan ook van invloed zijn op je kaakgewricht, de manier waarop je kauwt of hoe je je hoofd houdt. Als iemand met een beugel last heeft van hoofdpijn, pijn in zijn gezicht en wangen of nek dan kan orofaciale fysiotherapie vaak helpen.”

Zijn er ook mensen bij wie fysiotherapie niet helpt?

“Ja, natuurlijk. Niet alle klachten zijn op te lossen met orofaciale fysiotherapie en soms spelen er andere onderliggende ziekten of spelen er op het mentale vlak zaken die herstel belemmeren. Soms is er bij de patiënt (nog) geen motivatie of mogelijkheid om met de adviezen aan de slag te gaan. Gelukkig komt dat laatste niet vaak voor. Ik denk dat dit komt omdat klachten aan het hoofd en kaken erg veel invloed hebben op iemands dagelijks leven en welzijn.

De meeste mensen hebben na drie tot vijf behandelingen wel vermindering van klachten. Maar het is niet altijd te voorspellen. Belangrijk is om tussentijds te evalueren. Indien nodig kun je dan het behandeltraject aanpassen, de patiënt terug- of doorsturen of de behandeling stoppen. Als er geen andere pathologieën of ernstige stressoren zijn, heb je over het algemeen vijf tot negen behandelingen nodig.”

Wanneer zou een tandarts of mondhygiënist kunnen doorverwijzen naar een orofaciaal fysiotherapeut?

“Bij alle klachten in het orofaciaal gebied! Dus bijvoorbeeld als een patiënt:

- slijtage heeft aan het gebit van het klemmen of knarsen;
- afdrukken heeft in zijn wang of op zijn tong;
- pijn heeft in het gezicht of aan de kaak;
- herhaaldelijk een wortelkanaalbehandeling moet ondergaan omdat hij daar veel druk op zet;
- aangeeft pijn te hebben met eten, kauwen, afhappen, spreken, zingen of een muziekinstrument bespelen;
- hoofdpijn aangeeft, vooral boven het oor;
- een brok in de keel heeft en niet goed kan slikken;
- een verminderde mondopening heeft of slotklachten;
- een kaakgewricht heeft dat geluid maakt bij afhappen, kauwen, spreken en zingen;

Let extra op als er sprake is van stress of life events.”

Heb je nog tips voor mondzorgprofessionals?

“Wees je er van bewust dat er klachten kunnen ontstaan tijdens of na een tandheerkundige behandeling of een ortho-traject. Probeer tijdens de behandeling niet af te steunen op de onderkaak of kin van de patiënt en geef patiënten tussentijds even de mogelijkheid om de mond te sluiten. Bied dat als tandarts zelf aan; patiënten durven dit niet altijd te zeggen. Misschien wel de belangrijkste tip is: vraag niet alleen naar het gebit, maar vraag ook aan de patiënt of hij kaakklachten of problemen met eten heeft! Dan kun je daar ook rekening mee houden bij je tandheerkundige behandeling. Bij twijfel kun je een patiënt altijd voor een eenmalig consult naar een orofaciaal fysiotherapeut sturen.”

Hoe kan een mondzorgprofessional in contact komen met een orofaciaal fysiotherapeut?

“Via de website van de Nederlandse Vereniging voor Orofaciale Fysiotherapie (NVOF) kun je een orofaciaal fysiotherapeut in de buurt vinden. Er zijn ruim 150 orofaciaal fysiotherapeuten aangesloten bij de NVOF. Je kunt altijd eens een orofaciaal fysiotherapeut uitnodigen bij je praktijk en kijken hoe je kunt samenwerken. Zelf geef ik regelmatig presentaties bij mij in de regio.”

Interview door Yvette in 't Velt voor dental INFO met Saskia Vrickx, orofaciaal fysiotherapeut en eigenaar van fysio de hoofdzaak te Woerden en bestuurslid van de NVOF.

Foto: Does Photography