

Mond-
verzorging
in Nepal

HU start
bachelor-
traject

Voeding en
mond-
gezondheid

Nederlands Tijdschrift voor

Mondhygiëne



Jaargang 12 - nummer 4 - juni 2007

NVM
Nederlandse Vereniging van Mondhygiënist

COLLEGA'S OVER HET VAK

Vijf zienswijzen uit Nepal

In maart 2007 zijn vijf Nederlandse mondhygiënist met de stichting Netherlands Oral Health Society (NOHS) naar Nepal gegaan om daar op enthousiaste wijze invulling te geven aan het onderdeel preventie en voorlichting binnen de zogenaamde Dental Camps. Over het doel van hun bezoek en hun ervaringen schreven zij gezamenlijk een verslag.

TEKST EN FOTO'S: KIM SMITS, MIRIAM DE JONG, YVONNE WERKHOVEN, LEONIE DUMOULIN EN ANRIAM VAN ZONEREN



Miriam de Jong

De NOHS heeft zich ten doel gesteld meer accent te leggen op de voorlichting over de eigen mondverzorging, naast de behandelingen die vooral gericht zijn op pijnbestrijding en tandsteen verwijderen. In samenwerking met een lokale

hoofdonderwijzeres van de basisschool, zal naar aanleiding van de reis een zogenaamd voorlichtingsprotocol worden ontwikkeld. Dit wordt de komende jaren aan diverse basisscholen in Nepal aangeboden en vervolgens geïmplementeerd in de bestaande

'Nepalese health' lesprogramma's van de participerende scholen. De vijf mondhygiënist namen individueel of samen met andere tandheelkundige collega's deel aan het project.

Kim Smits

MONDHYGIËNIST UIT ARNHEM

Met de hele algemene tandartspraktijk van Gerjen Winkeler zijn wij naar Nepal gegaan om daar tandheelkundige hulp te bieden. De groep bestond uit 7 tandartsen, 3 studenten tandheelkunde, 2 mondhygiënist, 2 (preventie-)assistenten, een tandprotheticus en een onderzoeker/mondhygiënist. We sliepen op de Kumarischool, een weeshuis in Kawasoti. Daarvandaan gingen we naar verschillende Dental Camps.

Tijdens het tandsteen verwijderen, heb ik gebruik gemaakt van een EMS-apparaat. Ik was al een beetje voorbereid op wat ik allemaal tegen zou komen. Maar, zoveel tandsteen had ik in mijn leven nog nooit gezien! Heerlijk om schoon te maken. De meeste mensen waren erg dankbaar. Soms gaf ik nog met de hulp van een tolk, een individuele poetsinstructie aan een patiënt. Sommige patiënten kwamen voor gebitsreiniging en extractie van een element. Na het tandsteen verwijderen waren ze echter zo tevreden, dat ze geen extractie meer wilden. Je moet dan goed uitleggen dat het wel nodig is om alsnog het element er uit te halen. Een bijzondere ervaring om te delen: een vrouwelijke patiënt van 55 jaar, had nog nooit in haar leven haar tanden gepoetst. Ze maakte haar tanden altijd schoon met haar vingers. Toen ik haar een poetstinstructie gaf, stak ze het handvat van de tandenborstel in de mond in plaats van de borstel...



Miriam de Jong MONDHYGIËNIST UIT ARNHEM

'Namasté'...het eerste woordje Nepalees dat ik leerde bij aankomst. Het betekent 'Goedendag' en daarmee verwelkomde ik elke patiënt en werd ik vervolgens met een brede glimlach teruggegroet. Ook ik behoorde tot de praktijk van Gerjen Winkeler en gezamenlijk zetten we een eerste stap op Nepalese bodem. Dit jaar stond er iets nieuws op de agenda van de NOHS: 'een voorlichtingsprogramma opzetten voor Nepalese scholen'. In Nederland waren we vanuit de praktijk druk bezig geweest om geschikt voorlichtingsmateriaal te vinden, wat overigens niet zo gemakkelijk ging, zodat in ieder geval het grote poetsmodel en de tandenborstel werden meegenomen in de koffer. Uiteindelijk, na veel zoeken en google-en, kwamen we uit bij een stichting in Nepal die al voorlichtingsmateriaal had ontworpen. In Katmandu werd dan ook eerst een bezoek gebracht aan deze stichting, en konden we een zeer geschikt voorlichtingsboek overnemen. De eerste paar dagen heb ik ook gigantische hoeveelheden tandsteen verwijderd; ongelooflijk wat je daar ziet. Vooral de mannen die pruimtabak gebruiken. Het is bijna onbegonnen werk, maar achteraf zie je nog eens resultaat! Op de derde dag stond een bezoek aan een heel armoedig dorpje om voorlichting te geven over mondgezondheid op het programma. In Kawasoti, een klein dorpje nabij de Kumarischool, kochten we tandenborstels voor 6 rupi per stuk (= 6 cent). Achterop de motor met de tolk, een tas tandenborstels, poetsmodel en de voorlichtingsboeken zijn we op weg gegaan. Een beetje zenuwachtig was ik wel toen het hele dorp, circa 100 mensen, om me heen stond en ik in mijn beste Engels de voorlichting begon (vaktaal in Engels is dan ineens best lastig!). Maar gelukkig

had ik een geweldige Nepalese tolk die het voor mij vertaalde. Het voorlichtingsboek bevatte printen met de onderwerpen: gezonde mond, gezonde/ongezonde voeding, ongezonde mond (met cariës), uitleg cariës/gingivitis, de middelen om te poetsen (tandenborstel, Dattiwani, tandpoeder/tandpasta) en een poetsmethode. De Dattiwani is een stokje van hout, dat zacht wordt als je er op blijft kauwen, het wordt dan een soort waaiertje waarmee de mensen hun tanden poetsen (= gratis). Ook gebruiken de meeste mensen tandpoeder in plaats van tandpasta, omdat het goedkoper is. Tja...dus even m'n voorlichting aanpassen aan de plaatselijke gewoontes! Na de uitleg was er voor iedereen een tandenborstel en werd er gezamenlijk gepoetst volgens de Bass- of korte schrobmethode. De resterende dagen heb ik steeds samen met iemand anders uit de groep voorlichting gegeven op diverse scholen. Het was fantastisch om al die kindertjes voor je te zien, te beginnen met 'Namasté' en al die aandachtige gezichtjes, als je ze vertelt over gaatjes en poetsen. Op elke school lieten we een aantal voorlichtingsboeken achter, zodat de leraren ook het thema 'mondgezondheid' in de lessen konden gaan herhalen. In één week hadden we van niets ineens een voorlichtingsprogramma opgezet en ook al een flink aantal scholen bezocht! De enthousiaste Nepalese tolk gaat gedurende de tijd dat er geen dental camp is, de scholen opnieuw bezoeken en de lessen herhalen, de leraren er meer bij betrekken en informeren, zodat het thema 'mondverzorging' in het onderwijs wordt ondergebracht.

Yvonne Werkhoven

MONDHYGIËNIST EN ONDERZOEKER UIT GRONINGEN



Tijdens een Dental Camp in 2005 heb ik als mondhygiënist van alles meegemaakt en 'grensoverschrijdende' ervaringen opgedaan (zie: www.nohs.nl).

Ditmaal ben ik meegeweest voor mijn promotie-onderzoek naar 'oral health behavior'. Bloednerveus en behoorlijk hyper startte ik een pilotstudie op de Kumarischool. Na deze ervaring zonder tolk, zag ik het even helemaal niet meer zitten. De mensen gingen met elkaar overleggen, in de in het Nepalees vertaalde vragenlijst bleek een aantal fouten te zitten en bovendien hadden de mensen moeite met het beantwoorden van vragen met behulp van schaalverdelingen (bijvoorbeeld oneens/eens op een 5-punts Likertschaal). Ook mijn SPSS file op mijn laptop moest ik ter plekke aanpassen. Desondanks begon ik vol goede moed aan het echte veldonderzoek en voor aanvang van de dataverzameling, had ik alles zeer uitgebreid

Leonie Dumoulin MONDHYGIËNIST UIT GRONINGEN

Omdat wij in hun schoolgebouw werkten, konden de kinderen een aantal dagen geen lessen volgen, maar... wel worden ingezet als tolk/vrijwilliger. Dit was zeer leerzaam voor ze: ze leerden de basisprincipes van de tandheelkunde kennen en konden ook hun Engels in praktijk brengen. Wij waren druk met het schoonmaken van de gebitten van de lokale bevolking, maar ook een beetje als docent actief. De gebitten in Nepal worden niet verzorgd zoals wij dat in Nederland normaal vinden. Vaak is de keuze tussen een tandenborstel of een kilo rijst snel gemaakt en worden tanden niet gepoetst. Met alle gevolgen van dien: cariës, gingivitis, parodontitis en afgebrokkelde elementen. Dus wij vonden het erg belangrijk om naast het actieve werk voorlichting te geven. Dit hebben we gedaan door alle patiënten die in de wachtruimte zaten, een boek te laten lezen over tandbederf. Dit was een mooi boek met veel illustraties, zodat iedereen begreep waar het om ging. Daarnaast hebben we geprobeerd om via de lokale vrijwilligers enige voorlichting aan de stoel te geven en in de zogenaamde recovery (een paar banken onder een zeil waar mensen konden bijkomen van hun behandeling) regelmatig klassiek instructies kunnen geven. Deze bestonden uit voorlichting geven over goede en slechte mondgewoontes en na de theorie met behulp van een groot poetsmodel een instructie. Dankzij Oral-8 hebben we ook erg veel tandenborstels kunnen uitdelen. Wanneer de tijd dit toeliet, gaven we ook individuele instructies (met name bij kinderen). Na elke voorlichting die ik gegeven heb, vroeg ik de mensen om hun familie en vrienden te vertellen wat ze bij ons geleerd hadden. In totaal hebben we zo'n 1700 mensen behandeld.

doorgesproken met de 2 tolken. Hierna ging het perfect, en na drie dagen had ik al 74 respondenten. Voor een goede 'statistische power' moest ik er minstens 50 hebben en 100 respondenten zou nog beter zijn. Uiteindelijk waren 108 mensen bereid om de vragenlijst over mondverzorging in te vullen. Daaruit kwam onder meer naar voren dat de gemiddelde leeftijd waarop men voor de eerste keer naar de tandarts ging 34,8 jaar was (de standaard deviatie was 16,3 jaar). Met bezoek op de laatste dag in een afgelegen bergdorpje was wel heel uniek: opvallend was dat de mensen redelijk goede gebitten hadden, terwijl ze nog nooit een tandarts hadden gezien...



Myriam van Zomeren

MONDHYGIËNIST UIT GRONINGEN

De thuisbasis waar wij verbleven was in Chitwan en de locatie waar wij gewerkt hebben, was zo'n 45 minuten met de bus rijden naar het dorpje Padampur. Omdat er in Nepal op het platteland niet tot nauwelijks tandheelkundige zorg beschikbaar is, waren er vooral veel mensen met pijnklachten waarbij de elementen geëxtraheerd werden. Een enkele keer konden er ook vullingen gelegd worden. De voornaamste bezigheid voor ons als mondhygiënist was het geven van goede voorlichting en voor zover als mogelijk de gebitten te reinigen. Door tijdgebrek had ik al vrij snel door dat het onmogelijk was de gebitten zo perfect schoon af te leveren zoals je het gewend



bent in Nederland. Omdat het nog nooit eerder is gebeurd, zit er veel en vooral keihard tandsteen. Bovendien was er vaak sprake van erg veel zwarte aanslag als gevolg van het gebruik van pruimtabak en ook door het drinken van veel zwarte thee. De voorlichting gaven wij vaak in groepsverband in het Engels (wat dan in het mooie Nepalees werd vertaald) en ook heb ik veel persoonlijke instructies gegeven aan de mensen in de stoel. Het onderwerp dat steeds terugkeerde, was het bewust maken van de slechte invloed van suiker op het gebit en het belang van een goede mondhygiëne voor het behoud van de eigen dentitie. Met behulp van een poetsmodel werd er een eenvoudige uitleg gegeven volgens de Bass-methode en werd het gebruik van een tandenborstel of Dattivan (stukje hout van de boom) voorgedaan. Als er niet de mogelijkheid was om tandpasta te kopen, wezen we op het alternatief van zout. Hopelijk vertellen de mensen het door aan familieleden, vrienden en buren en hebben we een nog grotere groep kunnen bereiken dan de 1700 mensen die we hebben kunnen behandelen in 6 dagen. Voor mij was het in ieder geval een onvergetelijke ervaring in een bijzonder mooi land. En een hele mooie manier om even dicht bij een wereld te komen, die ver weg staat van alles wat wij kennen. 