
FLUORIDE TER PREVENTIE VAN CARIES

Dagelijks gebruik van **fluoridehoudende tandpasta** wordt algemeen aanbevolen ter preventie van tandcariës. De aanbevelingen in het Gecommentarieerd Geneesmiddelen-repertorium editie 2009 blijven actueel.

- Vanaf de doorbraak van de eerste melktand tot de leeftijd van 2 jaar: 1 maal per dag tandenpoetsen met een tandpasta met < 1.000 ppm fluoride.
- Vanaf de leeftijd van 2 jaar tot de leeftijd van 6 jaar: 2 maal per dag tandenpoetsen met een tandpasta met < 1.000 ppm fluoride.
- Vanaf de leeftijd van 6 jaar: 3 maal per dag tandenpoetsen met een gewone tandpasta (1.000 tot 1.500 ppm fluoride).

De hoeveelheid tandpasta bij kinderen jonger dan 7 à 8 jaar wordt best beperkt tot de grootte van een erwit (*pea size*). Aan kinderen moet worden aangeleerd de tandpasta niet in te slikken, en de mond na het poetsen goed te spoelen. Een chronisch teveel aan fluoride, meestal het gevolg van blootstelling aan fluoride uit verschillende bronnen (tandpasta, tabletten of druppeltjes, drinkwater, zout aangerijkt met fluoride...) kan immers leiden tot zogenaamde fluorose, waarbij de tanden er minder mooi uitzien (irreversibele witte lijntjes en/of diffuse vlekken op het tandglazuur).

Toediening van **fluoride in de vorm van tabletten of druppeltjes** wordt niet meer systematisch aanbevolen: in vergelijking met het gebruik van fluoridehoudende tandpasta is

de doeltreffendheid zeker niet groter, mogelijk zelfs geringer, en er is bovendien een groter risico van fluorose.

Door de tandarts wordt soms **lokaal fluoride** aangebracht **in de vorm van gel of lak**; het gaat om sterker geconcentreerde preparaten (bv. 10.000 tot ongeveer 20.000 ppm fluoride). Bepaalde gegevens tonen dat het aanbrengen van een dergelijke gel of lak om de 6 maanden het risico van cariës vermindert. Deze evidentie is echter beperkt, en bestaat vooral voor gebruik op de definitieve tanden bij kinderen en adolescenten met matig tot hoog risico van cariës (bv. kinderen met al een vulling en/of met plaque-aanwezigheid). Kinderen of adolescenten met laag risico van cariës, kinderen met melktanden alsook volwassenen hebben waarschijnlijk geen bijkomend voordeel van een dergelijke lokale gel of lak [*JADA* 2006;137:1151-9; *Acta Odontologica Scandinavica* 2004;62:170-6]. Bij gebruik van lakken met goede kleef eigenschappen is het risico van overdosering door inslikken minimaal. Toepassing van dergelijke lakken of gels gebeurt best slechts om de 6 maanden en vervangt het dagelijks poetsen met een fluoridehoudende tandpasta niet.