

## Advies van de Hoge Gezondheidsraad over gebruik van fluoridehoudende tandpasta's (update 2021)

Dit artikel geeft een samenvatting van het vernieuwde advies van de Hoge Gezondheidsraad over het gebruik van fluoridehoudende tandpasta's. Het is een aanpassing van een Folia artikel verschenen in april 2013.

Het doel van fluorhoudende tandpasta is een maximaal beschermend effect tegen cariës te bekomen, en dit met een minimaal risico van fluorose (gevekt tandglazuur).

In oktober 2021 verscheen het Advies van de Hoge Gezondheidsraad over gebruik van fluoridehoudende tandpasta's (Advies 9602)<sup>1</sup>. De hernieuwde aanbevelingen betreffen het dagelijkse gebruik van fluoridehoudende tandpasta, en zijn in belangrijke mate gebaseerd op de herziene aanbevelingen van de *European Academy of Paediatric Dentistry*<sup>2</sup>.

Er zijn geen fundamentele wijzigingen aangebracht in de nieuwe aanbevelingen voor volwassenen en grote kinderen. Bij kinderen jonger dan zes jaar wordt nu enkel tandpasta met een fluorideconcentratie van 1 000 ppm aangeraden.



De doeltreffendheid voor het verhinderen van tandbederf bij tandpasta's met minder dan 1 000 ppm fluoride is onvoldoende aangetoond.  
Tandpasta's met meer dan 1 500 ppm fluoride mogen enkel worden verkocht in de apotheek en op voorschrift van tandartsen.

In onderstaande tabel worden de huidige aanbevelingen gegeven met de verschillen t.o.v. de vroegere aanbevelingen.

Leeftijd	Huidige aanbevelingen	Vorige aanbevelingen
<b>Vanaf de doorbraak van de eerste melktand tot de leeftijd van 2 jaar</b>	2 maal per dag poetsen met een tandpasta met 1 000 ppm fluoride (hoeveelheid tandpasta: rijstkorrel (0,125 g)).	2 maal per dag poetsen met een tandpasta met 500 à 1 000 ppm fluoride en hoeveelheid tandpasta ter grootte van een erwt.
<b>Tussen 2 en 6 jaar oud</b>	2 maal per dag poetsen met een tandpasta van 1 000 ppm* fluoride (hoeveelheid tandpasta: erwtgrootte (0,25 gr)).  * bij hoog risico op cariës wordt aanbevolen om de dosis tot 1 450 ppm te verhogen na advies van de tandarts	2 maal per dag poetsen met een tandpasta met 1 000 à 1 450 ppm fluoride: erwtgrootte.
<b>Ouder dan 6 jaar en volwassenen</b>	2 maal per dag poetsen met een tandpasta met 1 450 ppm fluoride (volledige oppervlakte van de borstelkop (0,5-1 gr, dus overeenkomend met 2 à 4 erwtgroottes)).	2 maal per dag poetsen met een tandpasta met 1 450 ppm fluoride: aanbrengen van de tandpasta over 1-2 cm van de tandenborstel.

### Bronnen

1 Hoge Gezondheidsraad. Fluor(ide) ter voorkoming van tandbederf: rol van tandpasta's en huidige situatie in België Advies 9602, september 2021

2 *Eur Arch Paediatr Dent* 2019;20:507-16

## **Colofon**

De *Folia Pharmacotherapeutica* worden uitgegeven onder de auspiciën en de verantwoordelijkheid van het *Belgisch Centrum voor Farmacotherapeutische Informatie* (Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique), vzw erkend door het Federaal Agentschap voor Geneesmiddelen en Gezondheidsproducten (FAGG).

De informatie die verschijnt in de *Folia Pharmacotherapeutica* mag niet overgenomen worden of verspreid worden zonder bronvermelding, en mag in geen geval gebruikt worden voor commerciële of publicitaire doeleinden.

### **Hoofdredactie: (redactie@bcfi.be)**

T. Christiaens (Universiteit Gent) en  
J.M. Maloteaux (Université Catholique de Louvain).

### **Verantwoordelijke uitgever:**

T. Christiaens - Nekkersberglaan 31 - 9000 Gent.