

Frisse lucht uit je mond

Een onwelriekende adem, het is toch nog een beetje een taboe in Nederland. Gelukkig is zo'n slechte adem heel vaak te verhelpen.

Halitose is de medisch-wetenschappelijke naam voor een slechte adem. Iemand die daar alles van afweet, en ooit zelfs een slechte-adem-spreekuur introduceerde, is tandarts-parodontoloog dr. Edwin Winkel. Hij maakt duidelijk dat halitose veel verschillende oorzaken kan hebben: "Allereerst is het belangrijk onderscheid te maken tussen tijdelijke en continue halitose. Tijdelijke halitose komt bijvoorbeeld door roken, gekruid eten en het drinken van alcohol. Continue halitose is een constante slechte adem, de hele dag door. De oorzaak hiervan kan binnen de mond liggen, meestal het tandvlees of de tong, of buiten de mond (extra-oraal). Deze extra-orale halitose komt vaak uit je bloed. Overigens is de maag slechts zelden een oorzaak, hoewel dat nogal eens wordt gesuggereerd."

Uitstekend te behandelen

De extra-orale halitose is lastig te behandelen. Winkel: "We zijn druk bezig te onderzoeken welke enzymen precies betrokken zijn, of voeding iets uitmaakt et cetera. Voorlopig is deze vorm nog moeilijk behandelbaar, net als pseudo-halitose, waarbij mensen denken dat ze halitose hebben maar waarbij dat niet uit metingen blijkt. Maar het overgrote deel is uitstekend te behandelen. Parodontologen kunnen tandvleesproblemen prima behandelen. En je tong kun je zelf schoonmaken door te schrapen, ernstige gevallen kunnen worden behandeld met een gorgelmiddel uit de apotheek. Meer dan negentig procent van de halitose heeft een oorzaak in de mond, en daarvan kunnen we ook weer negentig procent behandelen, een ongehoorlijk hoog succespercentage in de medische wereld!"

'Sommige mensen denken dat ze een slechte adem hebben'



Edwin Winkel