

Sport en mondgezondheid on line 1

Sport en mondgezondheid zijn beide afzonderlijk ruim vertegenwoordigd op internet. Websites die zich specifiek met de relatie van mondgezondheid tot sportbeoefening bezighouden, zijn echter uiterst schaars en beperken zich dan nog meestal tot tandletsels en gebitsbeschermende maatregelen. In deze bijdrage van NTvT digitaal zullen in het kort enkele websites worden besproken die een wat bredere kijk op beide aspecten kunnen bieden.

Relatie sport en mondgezondheid op internet

Omdat sport in onze huidige samenleving een grote plaats inneemt en ook zeer uitgebreid door de media voor het voetlicht wordt gebracht, is ook het aanbod van aan sport gerelateerde websites op internet overweldigend. Dat verantwoord sporten voor jong en oud van belang is voor de gezondheid wordt door niemand meer in twijfel getrokken. Ook de zorg voor een goede mondgezondheid heeft een vaste plaats in het dagelijkse leven veroverd, al geniet het belang hiervan ten opzichte van de zorg voor onze algemene gezondheid een lagere prioriteit. Sportartsen en de sportgeneeskunde zijn erkende specialisten en een erkende discipline. Wie bijvoorbeeld 'sportarts' in de zoekmachine van Google invoert, vindt ruim 13.000 treffers. 'Sporttandarts' daarentegen levert geen enkele treffer op. Wie naar verantwoorde literatuur over de relatie tussen mondgezondheid en sportbeoefening gaat zoeken, zal het voornamelijk van de Amerikaanse websites moeten hebben. 'Sports' is in de nieuwe wereld nu eenmaal nog belangrijker dan hier en 'sports dentistry' is daar wel een algemeen gekend begrip. Maar ook daar heeft de relatie tussen sports en oral health meer het karakter van 'living apart together'. Want wie beide zoektermen als twee woorden invoert, krijgt meer dan één miljoen treffers. Maar als één woord wordt ingevoerd, krijgt men er nauwelijks duizend. Men dient echter voor ogen te houden dat de tandarts-algemeen practicus voor inhoudelijke wetenschappelijke informatie over mondletsels ten gevolge van sport in de meeste gevallen beter een echte medische databank zoals MEDLINE of MedlinePlus kan raadplegen.

'Sports Dentistry'

Uit de lijst van websites die met de bovenbeschreven Engelse zoektermen worden gevonden, springen er twee in het oog: de Academy for Sports Dentistry (ASD), www.sportsdentistry-iasd.org en Sports Dentistry Online, www.sportsdentistry.com. De eerstgenoemde is een wetenschappelijke vereniging die als platform wil dienen voor tandartsen, artsen, trainers, coaches, tandtechnici en universitaire opleiders. Hier kan men van gedachten wisselen over blessures aan het gebit ten gevolge van sportbeoefening. Deze vereniging maakt op de website melding van twee belangrijke 'position statements'. In de eerste plaats wordt duidelijk omschreven aan welke eisen een goede mondbeschermer moet voldoen en ten tweede wordt gepleit voor meer onderricht in sporttandheelkunde in het curriculum van de opleiding tandheelkunde. De ASD is al in het septembernummer van 2001 in de rubriek NTvT digitaal aan bod geweest, maar een bezoek aan deze website biedt nog steeds relevante informatie over het onderwerp.

Sports Dentistry Online is een commerciële website die door



Afb. 1. Afbeelding van de website www.sportsdentistry.com.

twee tandartsen wordt onderhouden. Beide tandartsen hebben een lange en ruime ervaring in de medische begeleiding van sportploegen en in adviserende functies van verschillende sportorganisaties. De website wil ook een forum zijn voor de verschillende sportbegeleiders, sporters en medische zorgverleners die met sport te maken hebben. Er is samenwerking met de ASD en ook hier heeft men duidelijk stelling genomen over het dragen van mondbeschermers in contactsporten. Onder het kopje 'Mouthguards' in het menu wordt een uitgebreide beschrijving gegeven van de verschillende typen mondbeschermers waarbij duidelijk wordt gemaakt, zoals op bijna alle genoemde websites, dat de door de eigen tandarts vervaardigde individuele mondbeschermer superieur is aan alle commercieel verkrijgbare exemplaren. Typisch is dat op deze website ook veel aandacht wordt gegeven aan de schadelijke gevolgen van pruimtabak ('smokeless tobacco') voor de mondholte. Deze tabak is hier praktisch van het toneel verdwenen, maar wordt in de Verenigde Staten nog op vrij grote schaal geconsumeerd. Onder het menukopje 'Knocked Out Teeth' vindt men de algemeen bekende maatregelen die moeten worden genomen om een uitgeslagen gebitselement te kunnen replanteren. Dit gedeelte is goed uitgewerkt en bevat de link 'Treatment of the Avulsed Permanent Tooth' met richtlijnen van de American Association of Endodontics. Concluderend kan worden gesteld dat op beide websites het trauma-aspect van de mondgezondheid de boventoon voert, maar dat de praktische informatie voor sporters met mondgezondheidsproblemen onderbelicht wordt.

Nederlandstalige websites over sport

Wie in het Nederlands op internet met 'sport' en 'gezondheid' als zoektermen in Google gaat zoeken, wordt ook met meer dan een miljoen treffers overspoeld. Bovendien is de relevantie vaak ver te zoeken, ook 'mondgezondheid' als zoekterm biedt geen betere resultaten. Men krijgt sterk de indruk dat deze termen alleen als aandachttrekkers fungeren en zo worden misbruikt. Eén van de

bruikbare websites is www.sport.nl/gezondheid, de website van het Nederlands Olympisch Comité en de Nederlandse Sport Federatie. Deze website biedt veel informatie over sport en de organisatiestructuur daarvan. Gerichte informatie over sport en gezondheid is met de knop 'gezondheid' uit het hoofdmenu te vinden. Vreemd is dat er per sporttak allerlei verwijzingen zijn naar diverse bles-

Afb. 2. Inhoud van de EHBSO-koffer (Eerste Hulp Bij Sport Ongevallen). (Van website www.wvc.vlaanderen.be/gezondsporten).

De EHBSO koffer

Algemeen

Het is wenselijk dat iedere sportclub over een centrale voorraad van verband- en hulpmiddelen zou beschikken, overzichtelijk ingedeeld in een eerstehulpkoffer.

Daarnaast zijn er sportverbandtassen die op verschillende plaatsen kunnen worden gebruikt.

De inhoud moet permanent worden aangevuld en bijgehouden. Maak een inhoudsopgave waarop aangeduid wordt wat er verbruikt is.

Het overzicht van de inhoud dat hier opgesomd wordt, is het minimum dat aanwezig moet zijn. Het specifiek materiaal dat wordt gebruikt door een arts (b.v. stethoscoop, hechtingsmateriaal) wordt er niet in opgenomen.

Het materiaal heeft betrekking op het toepassen van de eerste hulp bij een sportongeval of -letsel.

Deze lijst kan verder afgestemd worden, in overleg met de clubarts, op de meest voorkomende letsels bij een welbepaalde sporttak.

Inhoud

VERBANDEN

- Kleefpleisters, bij voorkeur in hypoallergische uitvoering;
- Wondpleisters, individueel verpakt en op rol;
- Steriele kompressen, individueel verpakt;
- Tweedehuidpleisters;
- Enkele steriele drukverbanden;
- Voorgesneden hydrofiële watten;
- Zwachtels: gaaszwachtels, crêpezwachtels (fixatiezwachtels);
- Elastische zwachtels (drukzwachtels);
- Elastisch netverband of kousverband;
- Driehoeksverband;
- Sporttape (elastische en niet-elastische tape), onderwrap en elastisch kleefverband.



ures en specifieke maatregelen die hiertegen kunnen worden genomen, maar dat de bescherming van het gebit slechts bij het veldhockey terloops ter sprake komt. Volgens de website staat deze sport op de vierde plaats in de top tien van blessuregevoelige sporten. Over andere blessuregevoelige sporten, zoals ijshockey en boksen, wordt met geen woord gerept. Deze website biedt veel gevarieerde informatie, maar is onvolledig, oppervlakkig en vervalt in herhalingen. Een veel betere website die ook dieper op de samenhang van sport en gezondheid ingaat en dit bovendien overzichtelijk presenteert, is de 'gezondsporten'-website van de Vlaamse overheid, te vinden met www.wvc.vlaanderen.be/gezondsporten/index.htm. (afb. 2). Het hoofdmenu bevat slechts zeven onderwerpen. Door deze te openen vindt men echter telkens weer nieuwe onderwerpen. De implementatie van de onderwerpen is knap uitgevoerd zodat de bezoeker zelf kan bepalen hoe diep hij op de stof wil ingaan. Het aantal onderwerpen dat wordt behandeld, is zeer uitgebreid en laat niets te wensen over. Niet alleen een sporter maar ook de trainer-coach vindt hier veel van zijn gading. Er is bijvoorbeeld ook uitgebreide aandacht voor voeding en eetstoornissen (zie ook Van Loveren *et al.*, 2005). Daarnaast wordt aan de specifieke eisen voor sportbeoefening bij jonge kinderen en senioren ruimte gegeven. Een mooie website die voor zowel de actieve sporter als de medisch georiënteerde begeleider waardevolle informatie kan bieden.

Tot slot nog een saillant detail. Wie in de Nederlandse Google als zoekterm 'sporttandheekunde' invoert, vindt als enige treffer de NTVT digitaal-bijdrage over de ASD uit het septembernummer 2001 van het NTVT, een fenomeen dat na het on line verschijnen van dit themanummer zeker zal ophouden te bestaan!

Literatuur

- EIJKMAN MAJ. Sport en mondgezondheid. Voorwoord. Ned Tijdschr Tandheelkd 2005; 112: 128-129.
- LOVEREN C VAN, SCHEPER WA, EIJKMAN MAJ. Sportdiëten en mondgezondheid. Ned Tijdschr Tandheelkd 2005; 112: 136-140.

S.L. Liem, redacteur internet/webmaster www.ntvt.nl
bliemsl@xs4all.nl

Sports and oral health on line 1

Sports and oral health are both well presented on the internet, but websites dedicated to an integrated approach of dentistry for sportsmen are scarce and are mostly dealing with dental trauma or mouthguards. In this issue an overview is given of some websites with a broader view on sports and oral health.