

Welke effecten hebben interdentaal reinigingsmiddelen?

Vraag: Helpen interdentaal reinigingsmiddelen als toevoeging aan tandenpoetsen tegen tandvleesaandoeningen, cariës en tandplak? En welk middel is het beste?

✦ Anne-Catherine Vanhove^{1,2}, Trudy Bekkering¹, Patrik Vankrunkelsven¹

Context

Tandplak is de belangrijkste oorzaak van tand- of tandvleesaandoeningen. Het is daarom belangrijk tandplak regelmatig te verwijderen. Hoewel veel mensen regelmatig poetsen, is het lastig om de vlakken tussen de tanden schoon te maken. Hiervoor wordt interdentaal reiniging aanbevolen, met hulpmiddelen zoals floss, interdentaal borsteltjes, tandenstokers en apparaten die reinigen door middel van waterdruk (orale irrigatoren).

Selectiecriteria voor studies

De review includeerde gerandomiseerde studies die een interdentaal reinigingsmiddel en tandenpoetsen vergeleken met alleen tandenpoetsen gedurende tenminste 4 weken, en studies die verschillende reinigingsmiddelen met elkaar vergeleken. Het ging hierbij enkel om reinigingsmiddelen die mensen thuis kunnen toepassen.

In samenwerking met Cebam, Cochrane Belgium (<http://belgium.cochrane.org>) Raadpleeg de volledige tekst van deze Cochrane reviews via de Cebam Digital Library for Health (www.cebam.be/nl/cdlh)

1. Cochrane Belgium, Cebam (Belgisch Centrum voor Evidence-Based Medicine)
2. CEBAp (Centre for Evidence-Based Practice) van Rode Kruis-Vlaanderen

Samenvatting resultaten

De review bevat 35 RCTs (3929 volwassen deelnemers). Het risico op bias was hoog omdat blinden niet mogelijk was in deze studies. De volgende hulpmiddelen werden onderzocht als aanvulling op poetsen: floss (15 studies), interdentaal borsteltjes (twee studies), houten tandenstokers (twee studies), rubberen tandenstokers (twee studies), orale irrigatoren (vijf studies). Vier hulpmiddelen werden vergeleken met floss: interdentaal borsteltjes (negen studies), houten tandenstokers (drie studies), rubberen tandenstokers (negen studies) en orale irrigatoren (twee studies). Er waren enkele studies die het effect op tandvleesontsteking en voorkomen van tandplak onderzochten, geen van de studies onderzocht het effect op cariës. Veel deelnemers hadden bij aanvang van de studie een laag niveau van tandvleesontsteking.

Effectiviteit interdentaal reiniging bovenop poetsen vergeleken met alleen poetsen

Flossen bovenop tandenpoetsen vermindert mogelijk tandvleesontsteking. Na 1 maand was de gingival index (GI) gemiddeld 0.58 SD lager in de groep die ook floss (95% CI 0.04 lager tot 1.12 lager, 585 deelnemers, acht studies, lage zekerheid). Dit effect was er ook na drie en zes maanden. We zijn onzeker over de effecten op bloedingen en tandplak (zeer lage zekerheid).

Het gebruik van interdentaal borsteltjes bovenop poetsen verwijdert mogelijk meer plak dan alleen poetsen (SMD -1.07, 95% CI -1.51 tot -0.63; 93 deelnemers, twee studies, lage zekerheid). We zijn onzeker over het effect op tandvleesontsteking (GI en aantal bloedingen) vanwege de zeer lage zekerheid van het bewijs.

We zijn onzeker over het effect van zowel houten als rubberen tandenstokers bovenop poetsen. De zekerheid van dit bewijs was zeer laag.

Orale irrigatoren bovenop poetsen hebben mogelijk geen effect op gingivitis gemeten via het aantal bloedingen na een maand of na drie maanden. Het gemiddeld verschil na een maand was 0.00 (95% CI 0.07 tot 0.06; 126 deelnemers, twee studies, lage zekerheid). Ook is er mogelijk geen effect op tandplak na een maand (SMD -0.16, 95% CI -0.41 tot 0.10; 235 deelnemers, drie studies, lage zekerheid), noch na drie en zes maanden. Het is onzeker of orale irrigatoren gingivitis gemeten via de GI kunnen verminderen vanwege de zeer lage zekerheid van het bewijs.

Vergelijking tussen middelen

De rechtstreekse vergelijking tussen de verschillende middelen gaf geen consistente verschillen en dus geen nuttige extra informatie. Een voorbeeld hiervan is dat interdentaal borsteltjes gingivitis mogelijk meer verminderen dan flossen na een en drie maanden, maar er werd geen verschil vastgesteld voor **periodontitis** gemeten via de diepte van pockets. Het bewijs voor tandplak was inconsistent.

Neveneffecten

Studies die neveneffecten hebben gemeten vonden er geen ernstige door de reinigingsmiddelen. Er was geen bewijs dat er verschil is tussen de hulpmiddelen wat betreft lichte neveneffecten zoals irritatie van het tandvlees.

Conclusie

Het gebruik van floss of interdentaal borsteltjes bovenop poetsen vermindert mogelijk tandvleesontsteking en/of tandplak, wanneer we dit vergelijken met alleen poetsen. Het bewijs voor tandenstokers en orale irrigatoren is beperkt en inconsistent. De uitkomstmaten betroffen alleen de korte termijn en de meeste deelnemers in de studies hadden in het begin van de studie een laag niveau van tandvleesontsteking. Het bewijs in deze review was laag tot zeer laag en de effecten waren eerder klein en mogelijk niet relevant.

Implicaties voor de praktijk

Het additioneel gebruiken van floss of interdentaal borsteltjes vergeleken met alleen poetsen gaat mogelijk tandvleesontsteking en/of plak tegen. ✦

Worthington HV, MacDonald L, Poklepovic Pericic T, Sambunjak D, Johnson TM, Imai P, Clarkson JE. Home use of interdental cleaning devices, in addition to toothbrushing, for preventing and controlling periodontal diseases and dental caries. Cochrane Database of Systematic Reviews 2019, Issue 4. Art. No.: CD012018. DOI: 10.1002/14651858.CD012018.pub2.

