

Iets over voeding in verband met onze tanden.

Wanneer wij al de theoriën nagaan, die opgeworpen zijn, om het bederf onzer kauwwerktuigen te verklaren, dan komen we tot het resultaat dat in bijna alle gevallen plaatselijke oorzaken worden genoemd. In hoofdzaak draaien deze om de werking van zuren en bacteriën.

De micro-organismen worden hoe langer hoe meer als de hoofdoorzaken der tandziekten aangezien en gaarne zouden de onderzoekers voor elke bijzondere tandziekte bepaalde kokken of bacteriën willen vinden.

Door deze éénzijdige beschouwing worden andere zaken over het hoofd gezien, die wellicht de hoofdfactoren voor de ziekten aan tand en tandkas uitmaken. Dit zijn de algemeene oorzaken, bestaande in constitutie en leefwijze van den patient.

Tandheilkundige operatiën zullen bij vele patiënten ongunstige resultaten opleveren, als niet tevens een algemeene verbetering van het lichaam daarmee gepaard gaat.

Wij gebruiken antiseptische mondwaters, tandpasta's en tandpoeders om mond- en tandziekten, of beter gezegd, de in den mond levende organismen te bestrijden. Wij nemen de sterkst werkende chemicaliën te baat om die kleine vijanden te vernielen en toch met afwisselend succes. Hoeveel mislukte gevallen van wortelbehandeling kennen we reeds met verschillende methoden en door de meest ervaren practici verricht! Zou er bij al die proefnemingen wel gelet zijn

op de constitutie van den patiënt, bij wien men de kunstbewerking had verricht? Gezonde menschen hebben weinig behoefte aan twijfelachtige tandheelkundige operatiën, en zoo ze al voorkomen, kan men goede resultaten verwachten, daar het gezonde lichaam den strijd tegen ziektekiemen met succes zal strijden.

Bij zieke lichamen is het een ondankbare taak conservatieve tandheelkundige bewerkingen te doen. In vele gevallen oogst men slechts teleurstelling.

Erfelijkheid en levensomstandigheden dragen het hunne er toe bij om vele ziekten te onderhouden en de gezondheidsleer is nog lang niet genoeg tot het volk doorgedrongen om met succes schadelijke invloeden te weren. Zelfs onder de beschaafde standen wordt op gruwelijke manier tegen de wetten der hygiëne gezondigd. Is het dan te verwonderen, dat er nog zooveel ellende voorkomt, wat feitelijk niet behoefde, en dat er duizenden met slechte kauwwerktuigen rondloopen als gevolg hiervan? Door slechte lucht, ondoelmatige voeding, onzindelijkheid enz. ontstaan bleekzucht, bloedarmoede, maag- en darmlijden, rachitis, scrophulose enz. met het voorkomen van slechte tanden, die aan uitgebreide chaunose ten prooi vallen.

Lijders aan suikerziekte, jicht, rheumatiek, nieraandoeningen en hartziekte zijn tevens lijders aan ziek tandvleesch, uitvallen der tanden, pyorrhoea alveolaris, te rijkelijke tandsteen afzetting van de ondersnijtanden, enz.

Tandheelkundige hulp kan niet baten, wanneer de algemeene oorzaak niet wordt weggenomen. Het gebit is de spiegel van zoovele ziekten, en zelfs het meer of minder welbevinden van den lijder, teekent zich vaak af op de tanden of op het tandvleesch.

Meermalen is door mij de opmerking gemaakt, dat de kleur der tanden helderder was, al naarmate de patient zich beter gevoelde.

Hoe gevoeliger individu, hoe duidelijker dit te zien is. Algemeen bekend zijn de gele tanden bij Ikterus. Evenals hierbij de in het bloed voorkomende gal de tanden kleurt, zullen bij andere ongesteldheden andere stoffen de oorzaak zijn. Het bloed is abnormaal, het wijkt in samenstelling af van dat van een gezond individu,

't Is hier de plaats te wijzen op het interessante werkje van med. Dr. H. LAHMANN: „Die diätetische Blutentmischung als Grundursache aller Krankheiten.“ Dit boekje, dat in zeer korten tijd vier drukken beleefde en weldra ook in 't Hollandsch zal worden uitgegeven, wordt den collega's hierbij zeer aanbevolen. Door cijfers en duidelijke redeneering, toont Dr. LAHMANN aan, hoe abnormaal bloed ontstaat en geeft de middelen aan om dit te genezen. De voeding, als een der eerste levensvoorwaarden beschouwd, is zoo dikwijls ondoelmatig en daardoor de bron van ongesteldheid. In de voedings-theorie is te weinig aandacht geschonken aan de minerale zouten, en de eer komt aan Dr. LAHMANN toe hierop gewezen te hebben, en schitterende resultaten hiermee te hebben behaald. Er is gebrek aan kalk en natron in ons gewone voedsel, en duizenden menschen hebben gebrek aan kalk en natron in hun bloed.

Door het toevoeren van deze stoffen in voldoende hoeveelheid genezen vele zieken en blijven anderen gezond. Dr. LAHMANN, die een Naturheilanstalt te Dresden heeft op „Weisser Hirsch“, heeft zich in Nederland reeds vele vereerders en vrienden verworven door zijne verkregen resultaten, en vele medici volgen reeds zijne methode. Door het gebruik van bladgroenten en vruchten verschaft men zich minerale zouten, vooral kalk en natron, in den besten vorm, en bovenal roemt Dr. LAHMANN spinasie en salades. Vruchten moeten niet worden beschouwd als luxe, maar als een noodzakelijk voedsel om gezond te blijven.

Ik voel mij niet geroepen de Lahmansche theoriën te

verklaren, doch verwijs belangstellenden in deze zaak naar bovengenoemd boekje.

Iets nieuws op het gebied der voeding heeft LAHMANN niet gebracht; zijn verdienste bestaat in het combineeren der feiten, want HORATIUS heeft reeds gezegd: „Wilt ge gezond zijn, ga op het land wonen en eet radijs. Wilt ge ziek zijn, ga naar de stad en eet getruffeerde kalkoen.”

Als we nu weten dat er zoovelen zijn met kalkarmbloed, is het dan te verwonderen dat deze slechte beenderen en tanden krijgen? Al naarmate dit gebrek grooter is, zullen de tanden slechter gevormd worden. Door gepaste voeding kan veel gedaan worden om tanden te krijgen, die sterk zijn van structuur en daardoor beter bestand tegen caries.

Bij hoogen ouderdom vallen de tanden uit. Als zoovele andere organen zeggen ook zij den dienst op, en wij weten nu eenmaal dat dit het normale verloop bij den ouderdom is. Verliezen wij de tanden vroegtijdig, dan is dit een gevolg van abnormale oorzaken, die opgespoord moeten worden. Algemeene ziekten zijn ook hier weer de oorzaak. Sedert eenige maanden heb ik mij bezig gehouden om bij mijne patiënten, die aan pyorrhoea alveolaris, losstaande tanden of sterke tandsteen-afzetting van de ondersnijtanden leden, gewaar te worden of zij ook andere ziekteverschijnselen hadden, en 't waren zonder uitzondering aanvallen van jicht en rheumatiek. De meesten leden daarbij ook aan indigestie met alle gevolgen.

Is het dan niet natuurlijk dat bij zulke patiënten de tanden en tandkassen slecht gevoed worden, en een geschikten voedingsbodem voor pathogene bacteriën aanbieden. Wij behoeven ons dan ook niet te verwonderen, dat onze plaatselijke behandeling wel verlangzaming, maar geen genezing geeft.

Dat er verband bestaat tusschen jicht en rheumatiek aan den eenen kant, en pyorrhoea alveolaris en losstaande tanden aan den anderen kant, blijkt uit een analyse van tand-

steen, die ik vond in het Monatschrift für Zahnheilkunde Juli 1894, Seite 215.

Hier werd gevonden pizure kalk, pizure natron, vrij pizuur en sporen van phosphorzure kalk.

Bovendien onderscheidt zich deze tandsteen van gewone, door grootere hardheid.

Tot nu toe is het ons niet gelukt pyorrhoea alveolaris te genezen. Het verwijderen van den tandsteen en het doden der micro-organismen zal niet *kunnen* helpen als de tandkassen slecht gevoed worden door abnormaal bloed.

De tandsteen die bij deze ziekte voorkomt, is mijns inziens hoofdzakelijk van de tandkassen afkomstig, en niet of slechts ten deele uit het speeksel.

Zou door een gepasten leefregel, volgens Dr. LAHMANN, ook pyorrhoea alveolaris niet te *genezen* zijn? Men bevele den patienten bladgroenten en vruchten aan, in den geest van bovengenoemden arts. Waar het is uitgemaakt, dat men met een diätetische behandeling zulke schitterende resultaten heeft verkregen, en het niet te ontkennen valt dat mondziekten met algemeene stoornissen hand aan hand gaan, zou het dan ook niet op onzen weg liggen in die richting te gaan werken?

Deventer,

J. C. HEERINGA.

