

Tong/mondbranden

Wat is tong/mondbranden

Tong/mondbranden betreft een branderig gevoel in de mond. Soms beperkt de klacht zich tot de tong en spreekt men van tongbranden. Mond- en tongbranden is geen zeldzaam verschijnsel. Mensen tussen de veertig en zeventig jaar hebben vaker last van mond- en tongbranden dan jongere mensen. Gebleken is dat vrouwen vaker deze klacht hebben dan mannen. Sommige mensen hebben alleen last van een branderige of pijnlijke tong. Anderen hebben het vooral aan de binnenkant van de lippen, het gehemelte en soms ook in de keel. Er wordt van mond- en tongbranden gesproken wanneer bij zorgvuldig uitgevoerd mondonderzoek geen slijmvliesafwijkingen zijn geconstateerd die de klacht zouden kunnen verklaren. Mond- en tongbranden komen vrijwel altijd dubbelzijdig voor. Wanneer de klacht aan één kant van de mond of tong voorkomt, is er geen sprake van mond- of tongbranden. Smaakstoornissen, klachten over een onaangename en soms geheel afwezige smaak en een droge mond zijn veel voorkomende klachten bij mond- en tongbranden. Mond- en tongbranden is een onschuldige klacht en wijst niet op kanker in de mond noch elders in het lichaam. Het is een vervelende klacht. Voor sommige mensen vergalt het zelfs alle plezier in het leven. Doorgaans neemt de klacht in de loop van de dag toe. Bij de meeste mensen met mond- en tongbranden is de klacht iedere dag aanwezig, soms gedurende vele maanden of jaren.

Hoe ontstaat tongbranden

In veel gevallen is er geen oorzaak voor de klacht aan te wijzen en zijn er in de mond geen afwijkingen te zien. Overgevoeligheid voor voedselbestanddelen, het kunstgebit of materialen van vullingen van de tanden of kiezen komt zelden voor. Het is eigenlijk nooit een "hormonenkwestie" of "iets in het bloed". Er wordt ook wel eens gedacht dat spanningen of zorgen een rol spelen. Bij veel mensen blijkt het mond- en tongbranden begonnen te zijn na een onaangename gebeurtenis in hun leven. Er is echter weinig of geen bewijs om mond- en tongbranden als uiting van een psychische stoornis ("het zit tussen de oren") te beschouwen, hoewel spanning wel een bevorderende factor lijkt te zijn. Ook blijkt de klacht wel eens te zijn ontstaan na een medische of tandheelkundige behandeling, zonder dat daar een goede verklaring voor kan worden gegeven.

Hoe wordt de diagnose gesteld

De klacht is meestal voldoende duidelijk om de diagnose te stellen. Een volledig mondonderzoek is van belang omdat sommige slijmvliesafwijkingen mond- en tongbranden kunnen veroorzaken. Wanneer geen afwijking wordt gevonden, leidt laboratorium- en bloedonderzoek of weefselonderzoek van het mond- of tonglijmvlies zelden tot het vinden van de oorzaak.

De behandeling

Omdat de oorzaak onbekend is, is er geen goede behandeling mogelijk. Tot nu toe is niet gebleken dat alternatieve geneeswijzen, zoals homeopathie en acupunctuur, een blijvende verbetering van de mond- of tongbrandklacht geven. Het verdere beloop van de klacht is moeilijk te voorspellen. Sommige patiënten raken hun klachten binnen enkele weken of maanden weer even onverwachts kwijt als ze gekomen zijn, terwijl andere er jaren en soms zelfs blijvend onder lijden. Voorkomen moet worden dat allerlei goed bedoelde behandelingen, bij voorbeeld door de tandarts, worden uitgevoerd zonder dat daar een duidelijke verbetering van mag worden verwacht. Dring daarom niet aan op behandelingen of onderzoeken waar uw huisarts of tandarts niet achter staan. In ernstige situaties kan het aangewezen zijn om professionele hulp te zoeken voor het leren omgaan met de klachten. "Het er mee leren leven" blijkt soms geen gemakkelijke opgave te zijn.