

VERVELEND Ontstoken verstandskiezen kunnen leiden tot een hogere blessuregevoeligheid en zelfs depressies

Het gebit als spelbreker

Wat hebben Robin van Persie, Andy Schleck en Jeffrey Gouweleeuw gemeen? Ze raakten uitgeschakeld door gebitsproblemen. Topsport en verstandskiezen vormen zeker geen winnende combinatie.

door Peter van der Meeren

Pijn in de liezen door een ontstoken verstandskies? Het is heel goed mogelijk. Vraag het Jeffrey Gouweleeuw. De verdediger van SC Heerenveen miste er dit seizoen een handvol wedstrijden door. Nadat de kies was getrokken, hield Gouweleeuw last en deden zijn geïnfecteerde liezen zo'n pijn dat hij niet meer kon lopen en in het ziekenhuis belandde. Deze maand had hij meer geluk. De jeugdinternational kon een week na het trekken van een verstandskies mee op trainingskamp. Kauwen ging moeizaam, maar voetballen was geen probleem.

Onderzoek bij sporters heeft aangetoond dat niet doorgebroken en/of ontstoken verstandskiezen kunnen leiden tot een hogere blessuregevoeligheid en zelfs een depressie. De (stagnerende) ontwikkeling van de kies zorgt namelijk voor voortdurende zenuwprikkelingen in het deel van de hersenen waar de lichaamshouding en -beweging worden aangestuurd, alsmede het gevoelsleven wordt gereguleerd. Ook bij oudere sporters. Als zij ineens kampen met vage klachten of blessuregevoeliger zijn geworden, is het raadzaam zich grondig in de mond te laten kijken.

Het gehele centrale zenuwstelsel kan lijden onder een ontstoken verstandskies (M3) of een in het algemeen niet goed verzorgd gebit. Het was daarom dat de medische staf van Arsenal Robin van Persie in 2009 naar een Parijse tandarts stuurde. De aanvallier viel van de ene spierblessure in de andere; de clubartsen meenden dat dat te maken had met zijn ingeklemde verstandskiezen. Alle vier werden verwijderd. Sindsdien is Van Persie behoorlijk klachtenvrij en scoort



Frank Ribéry: ontstoken kies.

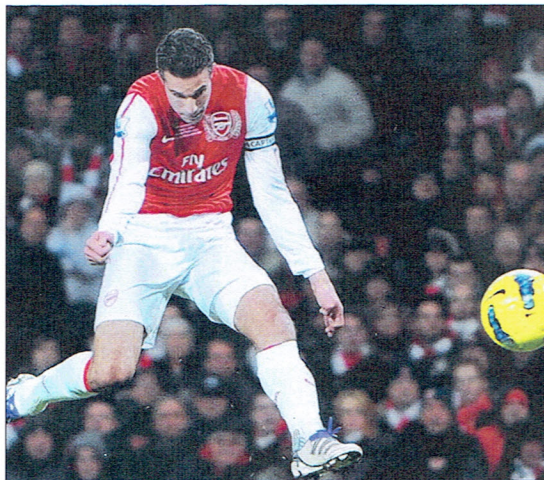


Andy Schleck: trekken verstandskiezen.

foto Guillaume Horcajuelo/EPA

hij aan de lopende band. Dat laatste is geen toeval, meent Henny Solleveld, sportfysiotherapeut en ruim 35 jaar gespecialiseerd in 'stoorvelddiagnostiek'. Solleveld is ervan overtuigd dat gebitsproblemen kunnen leiden tot blessures. Dat de meeste Nederlandse profclubs tijdens de keuring van een voetballer geen gebitsfoto's laten maken, verbaast hem. „Want een geblesseerde speler kost toch al snel 10.000 tot 25.000 euro per week. Een regelmatige screening van het gebit en het kaakgewricht kan veel blessures voorkomen.”

Buitenlandse topclubs onderkennen de samenhang tussen gebitsproblemen en blessures steeds vaker. Toenmalig Sevilla-coach Aragones stuurde zijn selectie al in 1995 voor uitgebreid onderzoek naar de tandarts en de kaakchirurg. AC Milan liet drie jaar geleden de transfer van FC Porto-verdediger Cissokho afketsen op diens slechte gebit. Bij Bayern München zijn de spelers verplicht zich elk half jaar uitvoerig te laten onderzoeken aan tanden en kaakgewricht. Frank Ribéry was na het trekken van een ontstoken kies verlost van een slepende kuitblessure. Mallorca-verdediger Gianni Zuiverloon (ex-Feyenoord en SC Heerenveen) meldde zich onlangs op eigen initiatief bij het Blessurelab waarvoor Solleveld onderzoek doet. Zuiverloon had voortdurend 'vage klachten' in zijn lichaam. Er



Robin van Persie: ingeklemde verstandskiezen.

foto Andy Rain/EPA

werden afwijkingen in zijn gebit en kaakfuncties geconstateerd, waaraan hij nu wordt behandeld. Bij spelers van het Belgische Zulte-Waregem werden niet alleen M3's verwijderd, maar ook 'bitjes' geplaatst. Daardoor veranderde de stand van het gebit en behoorde onder meer tandknarsen tot het verleden. Sindsdien zeggen de spelers verlost te zijn van blessures. Solleveld: „Bernd Thijs van AA Gent kwakkelde jarenlang. Uitein-

delijk zijn in zijn gebit twee ontstekingshaarden verwijderd. De 'stoorzenders' in zijn zenuwstelsel verdwenen en nu scoort hij weer volop.” Bij Arsenal is men zich sinds tien jaar bewust van de problematiek. „Naar aanleiding van geregelde onderzoeken is bij de helft van de selectie de verstandskiezen verwijderd”, aldus Gary O'Driscoll, medisch directeur van de Londense club. Hij meldde dit aan Solleveld

De verstandskiezen

- De verstandskies is de derde grote kies (M3 zeggen tandartsen en kaakchirurgen) achterin de mond. De naam heeft niet te maken met de 'verre stand', maar met de periode waarin ze doorbreken: zo'n beetje na de pubertijd, als ook het verstand zou moeten komen.
- In België wordt gesproken van 'wijsheidstand', de Britten praten over 'wisdom tooth' en de Duitsers zeggen 'Weisheitszahn'. Normaal gesproken krijgt iedereen vier verstandskiezen, waarvan op jaarbasis in Nederland zo'n 70.000 worden getrokken. Dat dient bij voorkeur voor het 25e levensjaar te gebeuren, omdat het lichaam dan het beste herstelt.
- De problemen komen voort uit het feit dat gedurende de evolutie van de mens diens kaken kleiner zijn geworden. Daardoor is plaatsgebrek voor de M3 ontstaan. De verstandskiezen breken niet geheel (of scheef) door, wat poetsen bemoeilijkt, (tandvlees)ontstekingen in de hand werkt en andere kieszen kan beschadigen. In het ergste geval kan een tumor ontstaan.
- Van Persie en Gouweleeuw raakten door gebitsproblemen uitgeschakeld. Wielrenner Andy Schleck moest vorig jaar het WK laten schieten na het trekken van een M3. Schaatser Koen Verweij (vorig jaar derde op het EK) schreef vorige maand zijn mislukte NK afstanden toe aan doorbrekende verstandskiezen. Tennisser Thiemo de Bakker moest in 2011 afzeggen voor het toernooi van Miami na het trekken van zijn verstandskiezen.

in verband met een twee jaar geleden gestart wetenschappelijk onderzoek naar het verband tussen gebitsproblemen en blessuregevoeligheid onder topsporters. Hieraan werken twaalf profclubs mee uit Nederland (FC Twente, Roda JC Kerkrade, AZ, FC Volendam), België (onder andere Anderlecht en Club Brugge) en Engeland.

De eerste resultaten liegen er volgens Solleveld niet om. „Aange-toond is dat spier- en peesproblemen samengaan met problemen met tanden en kaken. Van de 178 voetballers gaven 127 aan dat ze kampen met kaakproblemen en gebitsstoringen. Het onderzoek wijst op het verband met verhoogde blessuregevoeligheid.”

Ook topatleten uit Nederland en België hebben meegewerkt. Van 91 atleten meldden liefst 67 dat 'een gebits- en/of kaakgewrichtsprobleem in relatie gebracht kan worden met hun blessuregevoeligheid'. Solleveld verbaast zich over de afwachtende houding van de Nederlandse voetbalwereld. „Toen ik destijds de KNVB benaderde of ze interesse hadden, werd gezegd: stuur u het onderzoeksprotocol maar op, dan kijken we wel of het wat is. Tja... Ik heb trainer Ron Jans van SC Heerenveen drie keer gemaild met de vraag of hij belangstelling had en mee wilde werken. Niets gehoord. Maar Red Bull Salzburg meldde zich deze week wel aan.”