

## Kalmering met lachgas

### Inleiding

Deze folder is voor iedereen, jong en oud die bang is voor de tandarts. Maar ook voor mensen die zich, door een verstandelijke en/of lichamelijke beperking niet zomaar bij de tandarts kunnen laten behandelen. Gelukkig zijn er meerdere mogelijkheden om dit toch te kunnen doen, zoals kalmering met lachgas. Behandelen is meestal heel belangrijk om ervoor te zorgen dat je geen gaatjes krijgt of pijn in je mond.

In deze folder vind je informatie over de behandeling bij de tandarts met behulp van lachgas.

### Wat doet lachgas?

Al lang is bekend dat lachgas mensen ontspant, "vrolijk maakt". Niet voor niets heet het "lach-gas". Heel vroeger werd lachgas gebruikt om mensen onder narcose te brengen. Dat gebeurt nu niet meer. Mensen krijgen nu lachgas bij de tandarts om te kalmeren. Met lachgas ben je wel gewoon "wakker" (je valt dus niet in slaap zoals bij narcose), maar het geeft je een prettig en ontspannen gevoel.

Als je bang bent voor de tandarts neemt het gevoel van angst af. Je voelt je rustiger. En als je een verstandelijke en/of lichamelijke beperking hebt, kan lachgas een goede steun in de rug zijn. Je maakt je minder druk over dingen die je misschien lastig vindt te begrijpen. Of als je spieren niet altijd doen wat jij wilt, helpt lachgas je ze meer ontspannen. Je kunt dan gemakkelijker en wat langer je mond openhouden en je hoeft je geen zorgen te maken.

### Wie gebruikt lachgas?

In Nederland mogen tandartsen en mondhygiënistena een speciale training met lachgas werken. Meestal gebeurt dat in een centrum voor bijzondere tandheelkunde zoals hier of bij een AWBZ-instelling.

### Is lachgas veilig?

De toepassing van lachgas bij de tandarts is veilig en ongevaarlijk voor de gezondheid. Ben je zwanger, dan kun je de eerste drie maanden van de zwangerschap beter geen lachgas-sedatie ondergaan.

### Hoe werkt het?

Het inademen van lachgas doe je door een neuskapje, altijd samen met zuurstof (hoe dat gaat, lees je verderop). Lachgas maakt je wat kalmer en rustiger. En als je ontspannen bent, voel je nauwelijks pijntjes en ongemakken. Zo is het ook met lachgas, je merkt dan minder dat iets pijn zou doen. Bij bepaalde behandelingen is een plaatselijke verdoving toch ook nog nodig. Maar gelukkig zorgt lachgas ervoor dat je de verdovingsprik heel goed kunt verdragen. Met deze kalmering merk je het ook niet als je wat langer in de tandartsstoel ligt: je voelt je lekker loom en doezelig en voor je het weet is de behandeling achter de rug.

### Voor wie is lachgas geschikt?

Kalmering met lachgas werkt goed voor iedereen die last heeft van angst; kinderen, jongeren en volwassenen. Je moet wel kunnen begrijpen waarom je door een neuskapje moet blijven ademen en hoe je dat moet doen. Daarom is de methode niet geschikt voor peuters en kleuters. Kinderen vanaf vijf

of zes jaar oud kun je dat goed uitleggen, zodat ze snappen hoe het werkt.

Ernstige verstandelijke beperking Voor mensen met een ernstige verstandelijke beperking is het niet altijd gemakkelijk te bevatten. Dan is het beter om een andere methode te zoeken om toch de behandeling mogelijk te maken.

### **Gezondheidsproblemen**

Bij bijvoorbeeld een (lichte) astmatische aandoening of een (licht) verhoogde bloeddruk kan kalmering met lachgas geen kwaad. Gebruik je medicijnen en/of zijn er problemen met de gezondheid, dan bespreekt de tandarts met je of hij lachgas veilig kan toepassen of dat het beter is om het niet te doen.

### **Flink verkouden?**

Bij een fikse neusverkoudheid kan de behandeling niet doorgaan. Je ademt lachgas (samen met zuurstof) de hele behandeling door de neus (door een kapje) in. Dat lukt niet goed als je flink verkouden bent en dan kan lachgas zijn werk niet doen. Neem in dat geval alsjeblieft tijdig contact op om de behandelafpraak af te zeggen. We kunnen dan iemand anders in jouw plaats behandelen.

### **Eerst oefenen**

Eerst bekijk je samen met de tandarts of de mondhygiënist het lachgasapparaat. Je kunt dan zien hoe het werkt. Het is ook mogelijk de eerste keer alleen te oefenen. Voor de echte afspraak kom je dan nog een keertje terug. Dat is een prima idee. Bij het oefenen krijg je eerst alleen het neuskapje op je neus. De volgende stap is dan het inademen van de zuurstof. Als laatste krijg je ook wat lachgas erbij. In het begin is het wat vreemd en onwennig, maar al na een paar minuten krijg je een aangenaam, warm, ontspannen en wat zweverig gevoel.

### **Even niet praten**

Lachgas werkt alleen als je het de hele tijd door de neus inademt. De tandarts zal je daarom vragen om niet te praten, want dan adem je meteen de lachgas door de mond uit en werkt het niet! Na een beetje oefenen lukt het je zeker goed om tegelijkertijd je mond open te houden en door je neus te (blijven) ademen.

### **Na de behandeling**

Als we stoppen met het lachgas (je krijgt dan nog wel even zuurstof), verdwijnt binnen enkele minuten het lome, beetje slaperige gevoel. Na ongeveer vier minuten mag het neuskapje af en voelen de spieren weer "gewoon" aan en is het zweverige gevoel in je hoofd verdwenen.

### **Andere manieren**

Het komt wel voor dat iemand het een onprettig gevoel blijft vinden. Dan bekijken we gewoon of er een andere manier is om je te behandelen. We praten daar eerst met jou over.

### **Vragen?**

Heeft u nog vragen na het lezen van deze folder? Dan kunt u contact opnemen met onze afdeling telefoonnummer [076] 595 30 42. Wij zijn bereikbaar van maandag tot en met vrijdag van 8.00 – 12.30 uur en van 13.30 – 17.00 uur.

Meer lezen over bijzondere tandheelkunde in Amphia?

[Ga naar afdeling Centrum Bijzondere Tandheelkunde \(https://www.amphia.nl/afdelingen/centrum-bijzondere-tandheelkunde\)](https://www.amphia.nl/afdelingen/centrum-bijzondere-tandheelkunde)