

Gezonde mond is beter voor hart en vaten

Door NIENKE BEINTEMA

ROTTERDAM, 12 OKT. Er is opnieuw bewijs gevonden voor de relatie tussen mondhygiëne en de gezondheid van hart en vaten. Zweedse en Amerikaanse onderzoekers ontdekten dat in de plaques van verkalkte aderen dezelfde bacteriën leven die verantwoordelijk zijn voor tandplak. De bacteriën zijn waarschijnlijk afkomstig uit de mond.

Mensen die meer streptokokken en een andere bacterie in hun aderplaques hebben, lijken bovendien ongezonder. Die mensen hebben een hoger cholesterol en in hun aderplaques zitten ook meer ontstekingscellen. Dat schrijven de onderzoekers vandaag in *Proceedings of the National Academy of Sciences*. Ze vonden dezelfde bacteriën overigens ook in de darm.

De laatste jaren wordt er steeds meer bekend over hoe de bacteriën in ons lichaam invloed uitoefenen op ziekte en gezondheid. De bacteriën in onze darm – ongeveer tien keer talrijker dan de cellen in ons lichaam – spelen bijvoorbeeld een rol in het immuunsysteem en bij het ontstaan van overgewicht en hoge bloeddruk.

Onlangs werd bekend dat ook de bacteriën in de mond een belangrijke invloed hebben; mensen die slechts eenmaal per dag hun tanden poetsen, hebben bijvoorbeeld 30 tot 40 procent meer kans op het krijgen van een hartaanval. Er was al bekend dat er ook in de plaques van verkalkte aderen bacteriën leven. Maar er was nog nooit onderzocht welke, waar ze vandaan komen en of hun aanwezigheid iets zegt over de gezondheid.

De onderzoekers vergeleken de bacteriën op verschillende plekken in het lichaam van mensen met en zonder aderverkalking. De onderzoekers speculeren dat de bacteriën vanuit de mond via de spijsvertering in de aderplaques terechtkomen.

In de aderplaques bleek ook een bacterie voor te komen, *Chryseomonas*, die daarin nog nooit eerder was aangetroffen. Deze bacterie speelt een rol bij myocarditis, een ontsteking van de hartwand.

De onderzoekers vinden het te vroeg om conclusies te trekken over oorzaak en gevolg, maar ze denken dat de bacteriën op alle drie de plekken in het lichaam een rol spelen bij de werking van het immuunsysteem en het vetmetabolisme.