



## Hull i tennene

Terjes datter Silje var fire år. I lang tid hadde hun slitt med treg mage. Ved helsestasjonen hadde foreldrene fått råd om å gi datteren en mageregulerende mikstur som inneholder laktulose. Det hadde hatt god effekt på tarmfunksjonen. Ved en rutinesjekk hos tannlegen nylig viste det seg dessverre at Silje hadde fått to hull i tennene. Terje var stresset og irritert.

**Pasient** Kan hullene hun har fått skyldes laktulose? Hvorfor fikk vi i så fall ikke vite om det på forhånd?

**Lege** I munnen har vi en rekke bakterier som lever at de vi spiser og drikker. De produserer syre når de fordøyer ulike typer sukkerarter i maten. Syren tærer på tennenes overflate og kan etter hvert forårsake hull. Laktulose er framstilt ved å kjede sammen to molekyler (D-galactose and D-fructose). Denne forbindelsen passerer ufordøyet gjennom menneskets tarm og virker ved å trekke til seg væske slik at avføringen blir myk. Laktulose er syntetisk framstilt og forekommer ikke i naturen. Derfor er kun et fåtall bakterier i stand til å nyttgjøre seg dette produktet. Når Silje tar laktulose endres derfor ikke syreproduksjonen nevneverdig i munnen hennes.

**Pasient** Hmm, sa Terje. Ansiktet hans var preget av tvil.

**Pasient** Men hva er da årsaken til hullene hun har fått?

##position##

**Lege** Det vet jeg ikke, men ##1##en hyppig årsak til hull i tennene hos barn er at de drikker saft eller melk etter å ha lagt seg om kvelden.## Når vi sover lager vi nesten ikke spytt. Derved blir ikke tennene rengjort før vi våkner. I mellomtiden kan bakteriene kan ha en lang «fest». Saft og melk på dagtid mellom måltidene er heller ikke gunstig.

**Pasient** Ja – Silje er veldig glad i melk.

**Lege** Et kosthold med mye melk er ofte en medvirkende årsak til treg mage. Dette skyldes blant annet at melk er mettende og ikke inneholder fiber. Det kan også føre til at barnet ikke får i seg nok jern og at blodprosenten derved blir lav.

**Pasient** Vi har snakket om å begrense melkedrikkingen. Men hun er ikke noe særlig glad i mat, og noe må hun jo ha i seg.

**Lege** Det forstår jeg godt. Man blir litt fortvilet som mor eller far når barnet ikke spiser. Da er det lett å komme inn i en uheldig sirkel der det etter hvert styrer matvanene i en usunn retning. Jeg vet at det kan være vanskelig, men jeg tror både store og små er tjent med at foreldrene tar tilbake kontrollen over kostholdet.

**Pasient** Silje kan være ganske bestemt, men du har rett i at vi bør bestemme, sa Terje og sukket. Det er fint at du sa det med melk for det har vi ikke vært klar over.

**Lege** Med tanke på hullene i tennene er det naturligvis viktig å være nøye med tannpussen morgen og kveld. Det er fint om dere også gir henne fluortabletter.

**Pasient** Ja – de fluorpillene – de har vi ikke tenkt på . De smaker jo godt også, så vidt jeg husker. Så det skal nok gå greitt. Ikke sant, Silje?