

# Van je afbijten, kan dat wel met een mondmasker op?

Toen ik gevraagd werd om dit redactioneel te schrijven en ik de titels van de onderwerpen van het huidige editie las, sprong er voor mij meteen 1 artikel uit. Dat is de bijdrage getiteld 'Een mensenbeet met desastreuze gevolgen'. Het lezen van deze titel bracht me onmiddellijk ruim 30 jaar terug in de tijd, toen ik voor het eerst (bewust) letterlijk van me af heb gebeten. Ik werd als kleuter tegen mijn zin in door een groot kind meegenomen het diepe water in, ik kon niet zwemmen en was bang voor water. De beet in haar schouder bleek bijzonder functioneel te zijn...

## FIGUURLIJK

Met mensen die (met opzet) letterlijk van zich afbijten hebben we in de mondzorg gelukkig niet vaak van doen. Figuurlijk helaas wel. *"Ging het wel goed daarbinnen?"* aldus een bezorgde collega die het rumoer in mijn behandelkamer had gehoord. Het betrof een patiënt die flink van zich afbeet en duidelijk liet horen wat hij allemaal niet goed vond gaan binnen en buiten de muren van het centrum voor bijzondere tandheelkunde waar we ons bevonden. Op zich was dit niets nieuws: bij elk bezoek moest hij 'uitrazen' over alle onrecht waaraan hij werd blootgesteld, wilde hij duidelijk zijn grenzen aangeven en nadat hij was aangehoord kon de behandeling in de stoel in alle rust van start gaan. De patiënt had extreme behandelangst en een persoonlijkheidsstoornis. Van zulke patiënten is bekend dat ze zich verbaal heftig kunnen uiten, denk bijvoorbeeld aan patiënten met een borderline persoonlijkheidsstoornis (Psychiatry Res, 2017; 252:134-138). Het lijkt er in de huidige tijd echter soms op, al dan niet door de figuurlijke collectieve coronavermoeidheid, dat veel mensen op scherp staan en verbaal willen uitrazen. Rustig op iets kauwen, iets overdenken en dan pas je mening geven lijkt wel steeds minder gewaardeerd te worden. Komt dit doordat we gewoon sneller een *statement* willen maken? Komt het doordat we elkaar minder fysiek zien en veel communicatie via de onlinewegen gebeurt, of komt het simpelweg doordat we al geruime tijd onszelf gedeeltelijk verbergen achter een mondmasker, waardoor er minder ruimte is voor non-verbale communicatieve signalen van de ander?

## MET EEN MONDMASKER

Want kun je eigenlijk wel op een nette manier van je afbijten met een mondmasker op? Knollman-Porter en Burshnic (J Gerontol Nurs 2020; 46: 7-11) beschrijven allerlei beperkingen die optreden wanneer mensen een mond-

masker dragen: de stem klinkt zachter, de toon wordt gemaskeerd en gezichtsuitdrukkingen die essentiële non-verbale informatie doorgeven worden verborgen. Is het dan gek dat mensen verbaal heftiger kunnen reageren om hun punt te willen maken en gehoord te worden? Bij het schrijven van dit stuk is het einde van het dragen van een mondmasker in allerlei sociale en medische situaties nog niet in zicht. Misschien hebben we daarom wat aan de aanbevelingen van Marler en Ditton (Int J Lang Commun Disord 2021; 56: 205-214) over effectief communiceren met een mondmasker:

- reduceer afleidend omgevingsgeluid;
- moedig het stellen van vragen extra aan;
- communiceer non-verbale informatie verbaal (bijvoorbeeld: *"Ik voel met je mee"*);
- of ondersteun de non-verbale communicatie met gebaren.

Hopelijk kunnen we zo als mens, zorgverlener en patiënt ook mét mondmasker rustig en constructief de dialoog (blijven) aangaan.

Overigens was de mensenbeet die ik heb toegebracht noch desastreuus, noch mentaal traumatiserend voor het gebeten kind. We hebben de rest van de vakantie in goede harmonie met elkaar doorgebracht... in het pierenbadje.



dr. Caroline M.H.H. van Houtem, redacteur