



## Beter kauwen doet beter onthouden

**Goed kauwen heeft een positief effect op cognitie en kwaliteit van leven van ouderen met dementie, blijkt uit onderzoek van Roxanne Weijenberg van de VU.**

Meer dan honderd ouderen (gemiddeld 85 jaar) met dementie namen deel aan Weijenbergs promotie-onderzoek naar het effect van meer kauwactiviteit op cognitie en kwaliteit van leven. De interventiegroep kreeg geïntensiveerde mondzorg en een dieet van vast voedsel. Iedere deelnemer moest 20 seconden op tweekleuren kauwgom kauwen, waarna de mate waarin de kleuren waren vermengd digitaal werd gemeten. De resultaten lieten een positief verband zien tussen het kauwvermogen en bepaalde cognitieve functies.

Het onderzoek liet ook zien dat de mondgezondheid bij ouderen met dementie niet optimaal is en dat ze vaak onnodig zacht of gemalen voedsel eten. Om goed te kunnen kauwen is een gezonde, pijnvrije mond nodig en voedsel van een normale tot harde consistentie. Weijenberg beveelt daarom aan één persoon per verzorgingshuis verantwoordelijk te maken voor de mondverzorging. **(JV)**