

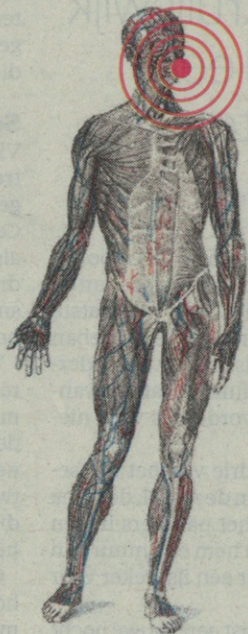
De wachtkamer aften

# Grillig, mysterieus zweertje

**Het lichaam kan onaangenaam verrassen met rare uitwassen. Een ooglid dat op gezette tijden begint te kloppen, lokaal haaruitval of een onverklaarbare jeuk. Vandaag: aften.**

Waarom maakt ons lijf kleine of, in sommige gevallen, grote zweertjes in de mond? Wondjes die een week of twee blijven om dan weer voor een tijd te verdwijnen. Wat, kortom, veroorzaakt de aft?

Niemand die het weet, zegt huisarts Eva Vangangel van Medisch Centrum Gelderlandplein. De oorzaak van aften is een mysterie, want hoe wel er best wat onderzoeken naar zijn gedaan, is de bron van de aft nooit gevonden. "Mensen zeggen vaak: als ik een aft krijg, weet ik dat ik ziek ga worden. We zien aften ook vaak bij mensen die veel stress hebben of die net ziek zijn geweest. Er lijkt een verband te zijn met een verlaagde weer-



stand, maar bewezen is dat niet."

Misschien is het erfelijk bepaald, of misschien worden aften aangejaagd door tekorten (van bijvoorbeeld ijzer, vitamine B of foliumzuur), misschien zijn het voedselallergieën of hormonale wisselingen die eraan ten grondslag liggen, allemaal vermoedens, want hard gemaakt zijn die mogelijke oorzaken nog nooit.

Het is, hoe dan ook, een veelvoorkomende kwaal: vijftien tot vijftig procent van de bevolking heeft er last van. Maar het zijn vooral de mensen die de aften niet herkennen, die ermee bij de huisarts komen, zegt Vangangel.

"Een aft is een grillige plek in de mond met een dikke rand eromheen. Mensen voelen zo'n zweertje continu – de tanden gaan erlangs, maar ook bij het eten en drinken doet het pijn."

Aangezien de mond nogal beweeglijk is, wordt een wondje op die plek

extra gevoeld. "Vergelijk het maar met een schaafwond, als je daar van alles mee doet, doet dat ook pijn."

Meestal blijft het bij één aft per keer, zegt Vangangel, maar soms is er een uitbraak van wel vijf of zes aften. "Dat is akelig. Er zijn mensen die dan niet meer willen eten of drinken vanwege de pijn."

De huisarts heeft de patiënt bij deze kwaal, los van wat geruststellende woorden, weinig te bieden. Soms wordt een verdovend smeersel – lido-caïnegel – voorgeschreven. Verder is het devies: gezond eten, veel groente en fruit (geen pittige dingen, want dat bijt), uitrusten en afwachten. "Meestal verdwijnen ze na een week weer." Om na verloop van tijd weer terug te keren, want een aft is een draaieurzweer.

**Malika Sevil**

**Suggesties: wachtkamer@parool.nl**