

---

## ZWARTE HAARTONG (BLACK HAIRY TONGUE)

---

### WAT IS EEN ZWARTE HAARTONG ?

Een **zwarte haartong** (Engelse naam: **black hairy tongue**, medische latijnse naam: **lingua villosa nigra**) is een zwarte of bruine verkleuring van de tong, meestal op het achterste tweederde deel. Het lijkt als of er een laag zwart materiaal (beslag) op de tong zit, maar het is er niet zomaar af te vegen of af te schrapen. Het is ook niet echt een laagje beslag wat er ontstaan is, het is de structuur van de bekleding van de tong die veranderd is. Normaal is de tong bekleed met allemaal fijne langwerpige uitstulpingen, de zogenaamde filiforme papillen van de tong (zie de detailfoto hieronder). Bij de zwarte haartong worden deze papillen allemaal veel langer, en de bekleding ervan wordt ook dikker. Hierdoor lijkt het alsof de tong er harig uit ziet. Door etensresten, nicotine uit sigaretten, koffie of kleurstoffen afkomstig uit etenswaren kan de haartong een gele, bruine of zwarte kleur krijgen.



### WAT IS DE OORZAAK VAN EEN ZWARTE HAARTONG ?

De oorzaak van zwarte haartong is niet precies bekend. Het wordt soms gezien na antibioticagebruik. Ook komt het voor bij personen met een slechte mondhygiëne, bij roken, alcohol- en koffiegebruik, en bij gebruik van sommige mondspoeldranken zoals waterstofperoxide en chloorhexidine. Er wordt gedacht dat deze factoren de omstandigheden in de mondholte kunnen veranderen, waardoor de onschuldige bacteriën die altijd in de mondholte leven worden vervangen door andere bacteriën of schimmels, die het slijmvlies irriteren. Ook een tekort aan vitamine B3 wordt genoemd, dit treedt alleen op bij een slechte voedingstoestand.

### WIE KAN EEN ZWARTE HAARTONG KRIJGEN ?

Een zwarte haartong komt vaak voor, bij circa 0.5% van de bevolking. Het wordt iets vaker gezien bij mannen dan bij vrouwen, vermoedelijk heeft dat met roken te maken. Ook komt het regelmatig voor bij pasgeborenen en jonge kinderen. Daarnaast komt het vaak voor bij personen met een slechte voedingstoestand. In Amerika wordt het vaak gezien bij drugsverslaafden, gevangenen, en AIDS-patiënten.

### WAT ZIJN ANDERE OORZAKEN VOOR EEN BESLAG OP DE TONG OF VERKLEURING ?

Een beslag op de tong kan ook door een schimmelinfecties van de tong (spruw, Candida-infectie) worden veroorzaakt. Dit beslag is echter wit of gelig van kleur, en het is er gemakkelijk af te vegen met een houten spatel. Verkleuring van de tong kan ook ontstaan door geneesmiddelen, waaronder antibiotica en anti-malaria middelen, en bij bepaalde ziekten zoals de ziekte van Addison, waarbij ook het verhemelte bruin kan worden.

### HOE WORDT DE DIAGNOSE GESTELD ?

De diagnose wordt gesteld op het klinisch beeld, hoe het er uitziet. Er zijn geen bijzondere testen nodig. Soms wordt er gedacht aan een schimmelinfectie van de tong (spruw, Candida infectie), in dat geval wordt er wat beslag afgeschraapt voor onderzoek onder de microscoop of voor een kweek.

## **HOE WORDT EEN ZWARTE HAARTONG BEHANDELD ?**

Als er onderliggende problemen zijn zoals een ongezonde levensstijl, slechte voedingstoestand of een slechte mondverzorging, of eventuele vitamine B tekorten, dan moeten die worden aangepakt. Stoppen of minderen met roken, gezond eten. Meestal gaat het dan vanzelf over.

De zwarte laag kan geleidelijk minder worden door de tong dagelijks te poetsen met een zachte tandenborstel en gewone tandpasta, of met een van de betere tandpasta's zoals Zendium of Paradontax. Bij hardnekkig vastzittend beslag kunnen ook speciale producten worden gebruikt die de bovenste laag van de tongbekleding week maken, zoals ureum of tretinoïne oplossing.