

Hoe zit dat?

Vragen van lezers beantwoord

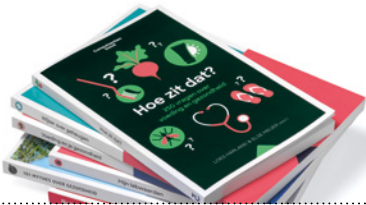
Schimmel

Kan ik een vergeten stuk kaas dat is gaan schimmelen, nog gebruiken in een ovenschotel of kan ik hem beter weggoien?

Schimmel op voedsel is meestal een teken van bederf. Maar een harde kaas, zoals Goudse of Parmezaanse, met wat schimmel hoeft je niet meteen weg te gooien. Meestal groeit de schimmel alleen aan de buitenkant. Snijd die ruimschoots weg, een centimeter rondom de schimmelplekken. De rest van de kaas kun je veilig eten.

Bij zachte kaas (zoals roomkaas en ricotta), geraspte en plakken kaas verspreidt schimmel zich makkelijker over de hele kaas. Zit er schimmel op deze soorten, eet ze dan niet. Schimmels kunnen giftige stoffen aanmaken die voedselvergiftiging veroorzaken. Bovendien zijn sommige gifstoffen mogelijk kankerverwekkend.

Aniek Aarsman, expert Voeding bij de Consumentenbond



Boek cadeau

Als we je vraag plaatsen, mag je een boek uit het aanbod van de Consumentenbond kiezen. Mail je vraag naar gezondgids@consumentenbond.nl

Hygiëne bij de tandarts

Mijn tandarts behandelde laatst minstens twee cliënten tegelijkertijd en liep daarbij heen en weer tussen twee behandelkamers. Zonder te wisselen van handschoenen of handen te wassen. Mag dat?

Het is niet de bedoeling twee patiënten te behandelen met dezelfde handschoenen. Om een goede hygiëne in de tandartspraktijk te waarborgen, ontwikkelde brancheorganisatie KNMT de richtlijn Infectiepreventie in mondzorgpraktijken. Hierin staat: 'Bij iedere patiënt worden nieuwe handschoenen gedragen. Ze worden direct na de behandeling uitgetrokken en weggegooid.' Verder moet de tandarts zijn handen voor het aantrekken van handschoenen minimaal desinfecteren met handalcohol.

Ook moet hij eerst zijn handen wassen bij zichtbare verontreiniging, na toiletbezoek of na gebruik van een zakdoek. Het is niet nodig om van handschoenen te wisselen als de tandarts meekijkt bij een andere patiënt, zonder dat er contact met de patiënt is.

Sandra Mul, expert Zorg bij de Consumentenbond



Bananen

Klopt het dat je verstopt kunt raken door het eten van bananen? Ook lees ik veel over schimmels op bananen. Tasten die de gezondheid aan?

Als je last hebt van verstopping ligt dat vaak aan je gehele eetpatroon. En of je voldoende beweegt en genoeg vocht binnenkrijgt. Het Voedingscentrum adviseert voor een gezonde darmwerking zo'n 30 tot 40 gram voedingsvezels per dag. Bananen zijn vezelrijk. In een banaan (165 gram) zit 3,1 gram vezels. Deze vezels stimuleren eerder de stoelgang dan dat ze verstopen.

Dat bananen verstopping veroorzaken is dus een fabel. Ook voor de beruchte bananenschimmel hoeft je niet te vrezen. De banaan zelf overigens wel, want bananenplanten met deze hardnekkige schimmel krijgen de Tropical Race 4-ziekte (TR4). Deze zorgt voor het afsterven van de plant, nog voordat die vruchten kan geven.

Brigitte van der Bent, expert Voeding bij de Consumentenbond



Herman Visser

‘Is kleefpasta voor je kunstgebit schadelijk voor je gezondheid?’

Meer lezen?

In ons boek ‘Hoe zit dat?’ zijn 250 vragen gebundeld. consumentenbond.nl/hoe-zit-dat

Kleefpasta

Kan het gebruik van kleefpasta voor je kunstgebit schadelijk zijn voor je gezondheid? In sommige kleefpasta's zit namelijk zink.

Herman Visser, Zuidlaren

Kleefpasta bevat over het algemeen ‘veilige’ ingrediënten. Toch kun je er in zeldzame gevallen een allergische reactie op krijgen. Ook kan overmatig gebruik van kleefpasta met zink bij het inslikken leiden tot een kopertekort. En dat kan weer neurologische klachten geven. Maar dit is een extreem zeldzaam verschijnsel.

Kleefpasta wordt overigens nog te vaak gebruikt om een slecht passend gebit vast te plakken. Hiervoor is die niet geschikt. Wel kan de pasta een oplossing zijn als je te weinig speeksel hebt en het kunstgebit daardoor los gaat zitten, ondanks een goede pasvorm. Vergelijk het met twee glasplaatjes met een dunne laag water ertussen. Door het water plakken ze aan elkaar en is er wat kracht nodig om ze van elkaar te halen. Op vergelijkbare wijze zorgt speeksel ervoor dat het gebit vastzit aan het kaakslijmvlies.

Albert Feilzer, tandarts en hoogleraar Algemene Tandheelkunde bij het Academisch Centrum Tandheelkunde Amsterdam