FRISK I MUNNEN
HELA LIVET

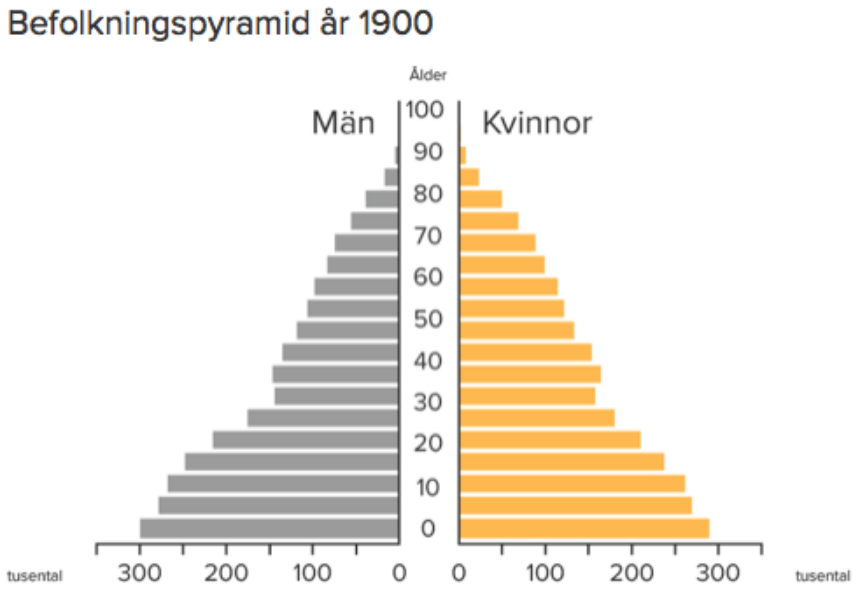
Centrum för äldretandvård

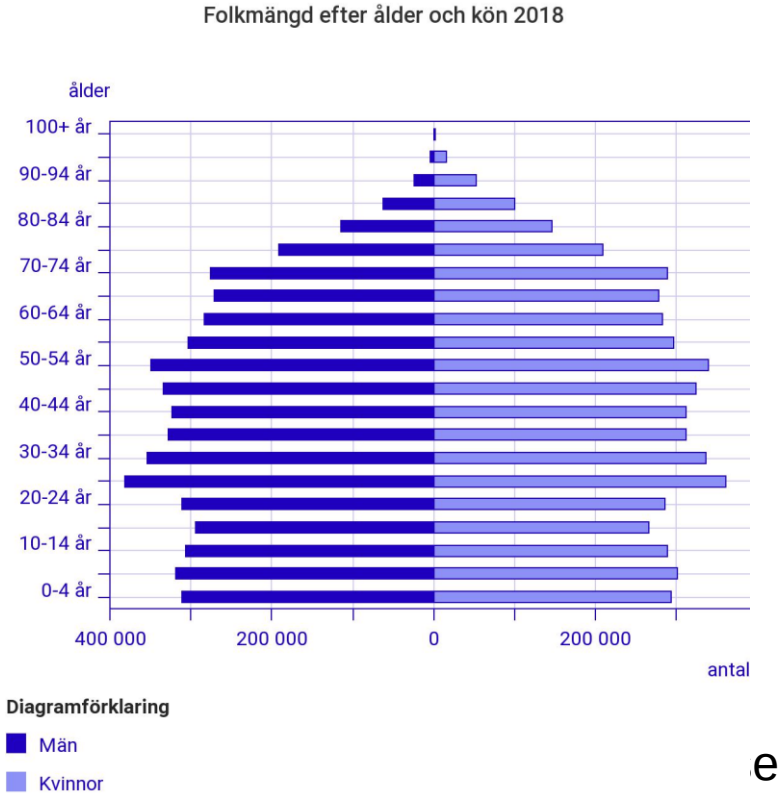
Leg Tandhygienist Ewa Nyström

27 november 2019

Information till vårdpersonal inom äldreomsorg

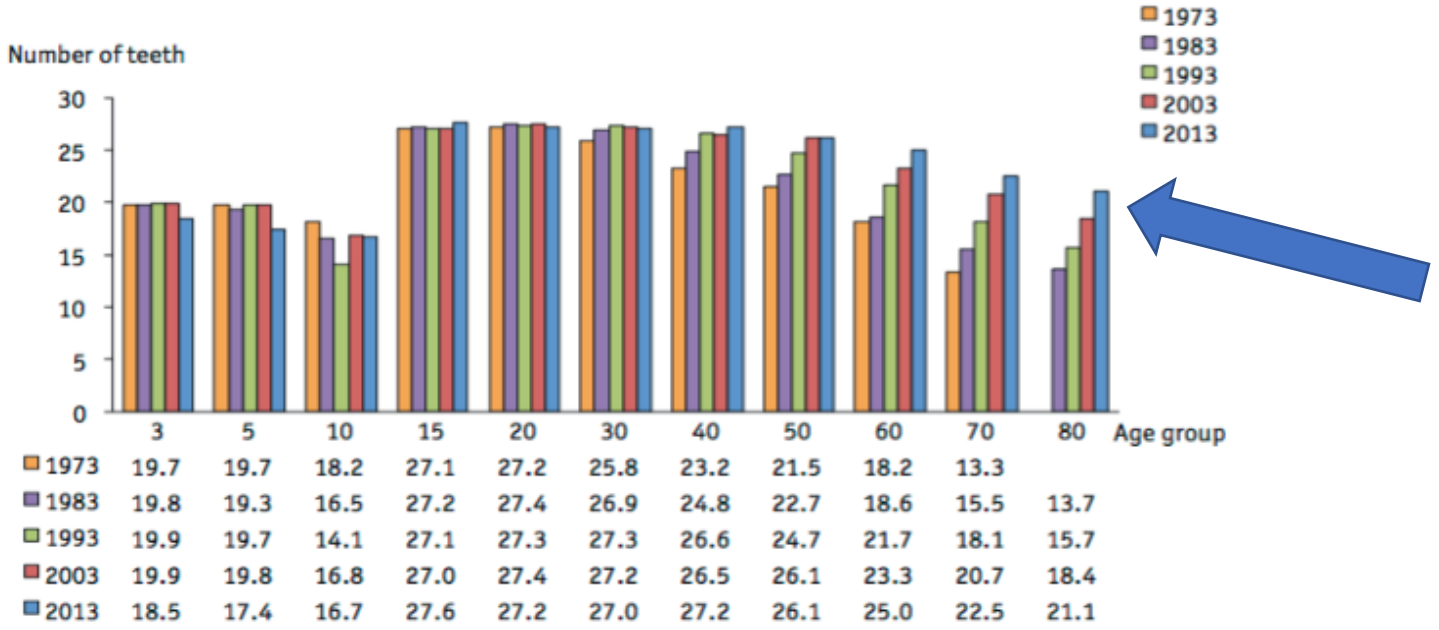
Befolkningspyramiden Sverige år 1900 och 2018





e

Fig. 1. Number of existing teeth (excluding edentulous individuals). Means in the different age groups in 1973, 1983, 1993, 2003, and 2013.



	3	5	10	15	20	30	40	50	60	70	80
1973	19.7	19.7	18.2	27.1	27.2	25.8	23.2	21.5	18.2	13.3	
1983	19.8	19.3	16.5	27.2	27.4	26.9	24.8	22.7	18.6	15.5	13.7
1993	19.9	19.7	14.1	27.1	27.3	27.3	26.6	24.7	21.7	18.1	15.7
2003	19.9	19.8	16.8	27.0	27.4	27.2	26.5	26.1	23.3	20.7	18.4
2013	18.5	17.4	16.7	27.6	27.2	27.0	27.2	26.1	25.0	22.5	21.1

Norderyd O et al: Oral Health of individuals aged 3-80 years in Jönköping, Sweden during 40 years (1973-2013). II. … SDJ 2015; 39: 69-86

Det normala åldrandet i munnen

- Tänderna blir mörkare
- Tandhalsar/rotytor blir synliga
- Tandköttet drar sig undan
- Tänderna blir sköra
- Smaken förändras
- Muntorrhet är vanlig

Matens betydelse

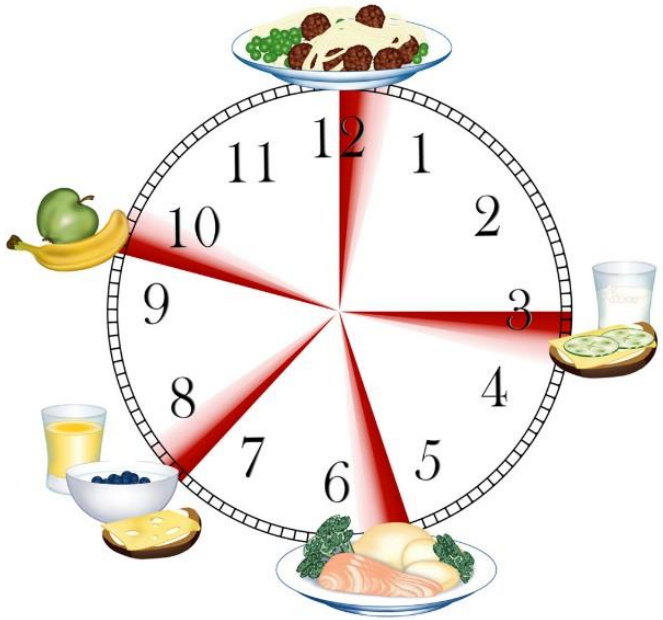
Maten har stor betydelse för att bibehålla hälsan och förebygga ohälsa.

Hälsosamma matvanor

Gör det enkelt – följ dessa råd!

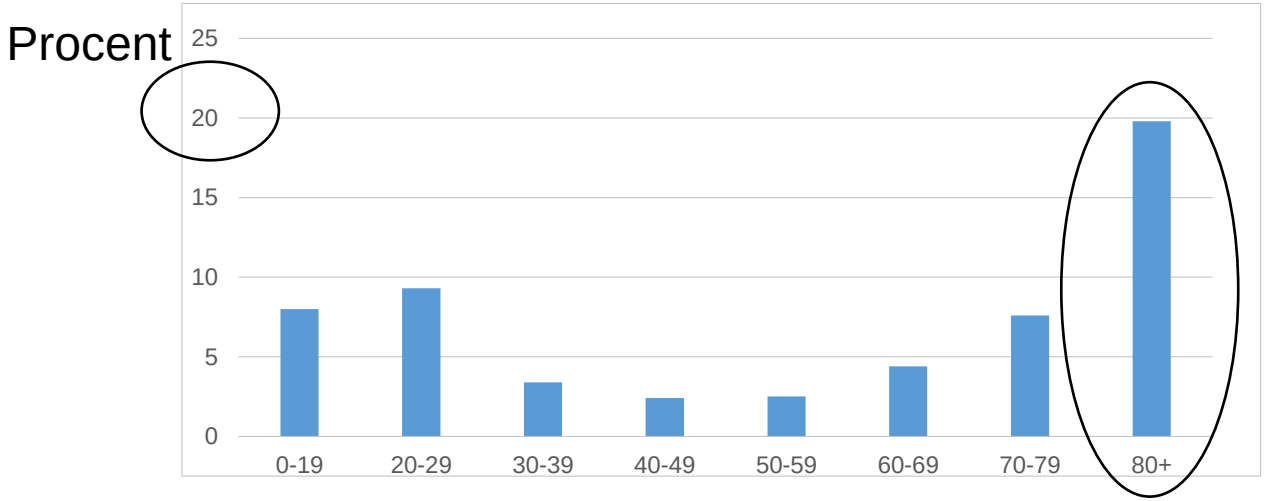
Äta och dricka sunt

- Varje gång du äter startar ett angrepp på dina tänder
- Fem gånger om dagen klarar tänderna att vi äter
- Däremellan behöver munnen vila



Täta måltider

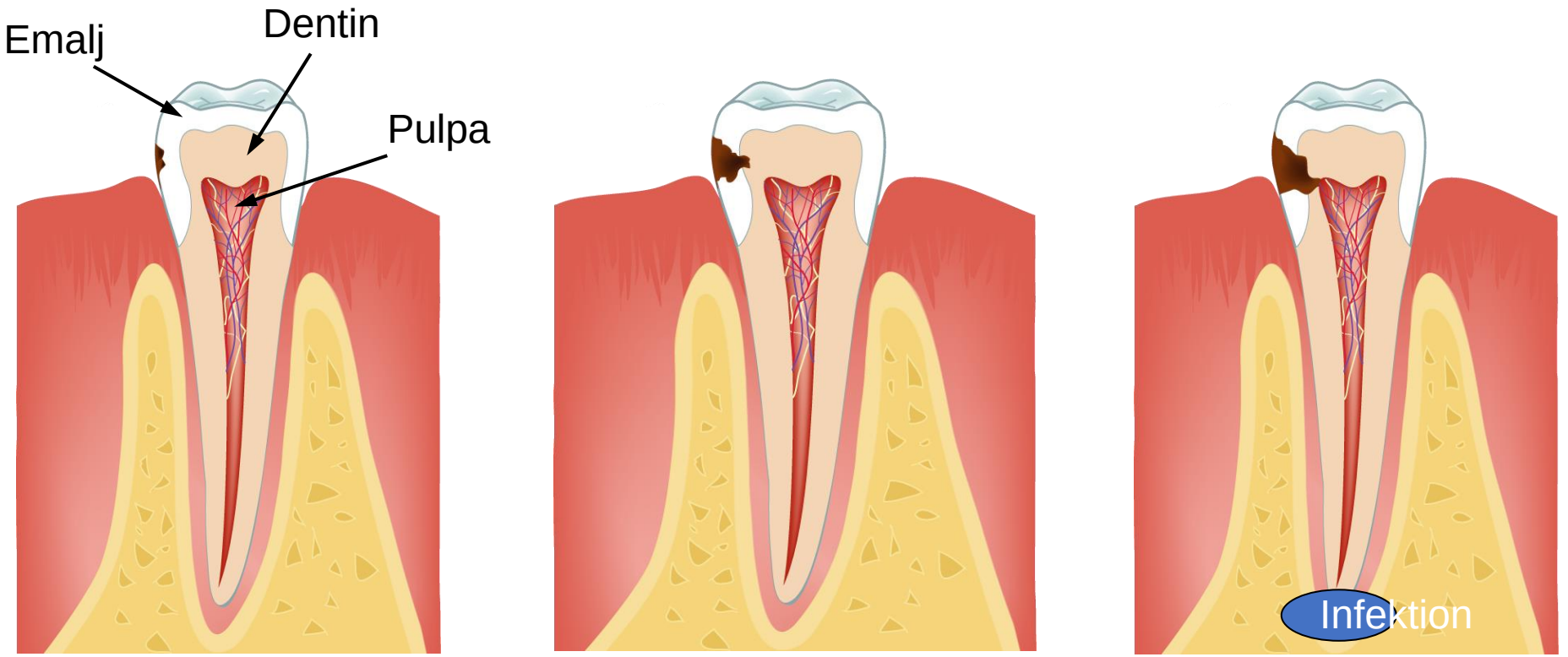
Hög kariesrisk i olika åldersgrupper
Ftv Västra Götaland 2014



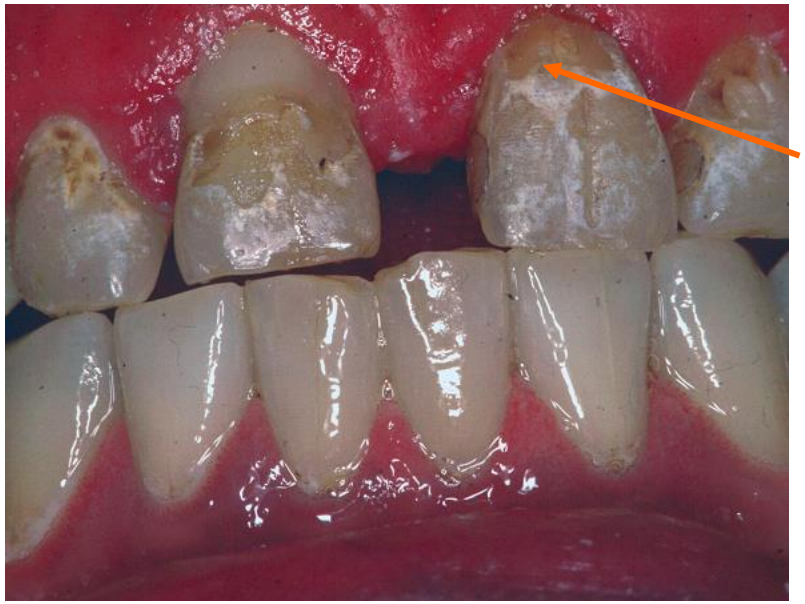
676 136 patienter

Utveckling av kariesangrepp

Kariesangrepp startar i emalj och kan växa in till pulpan. Pulpan blir infekterad och infektion kan spridas till käkbenet.

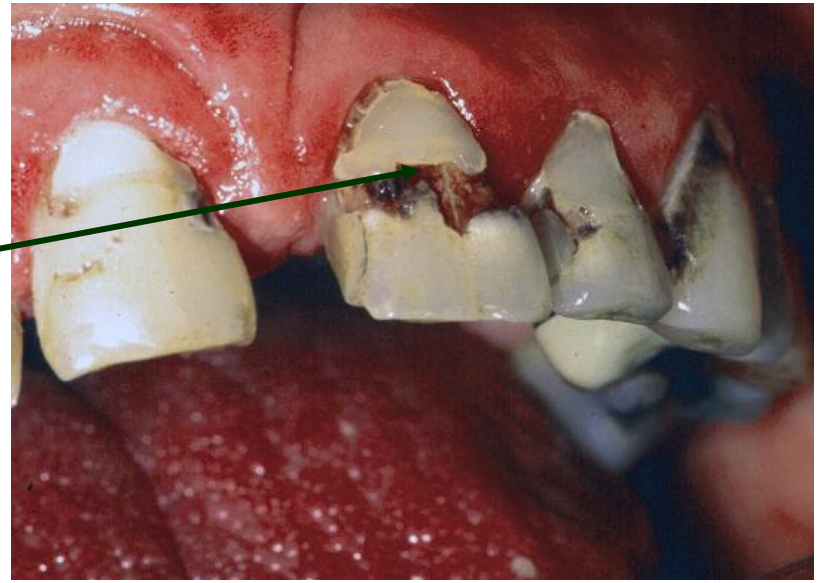


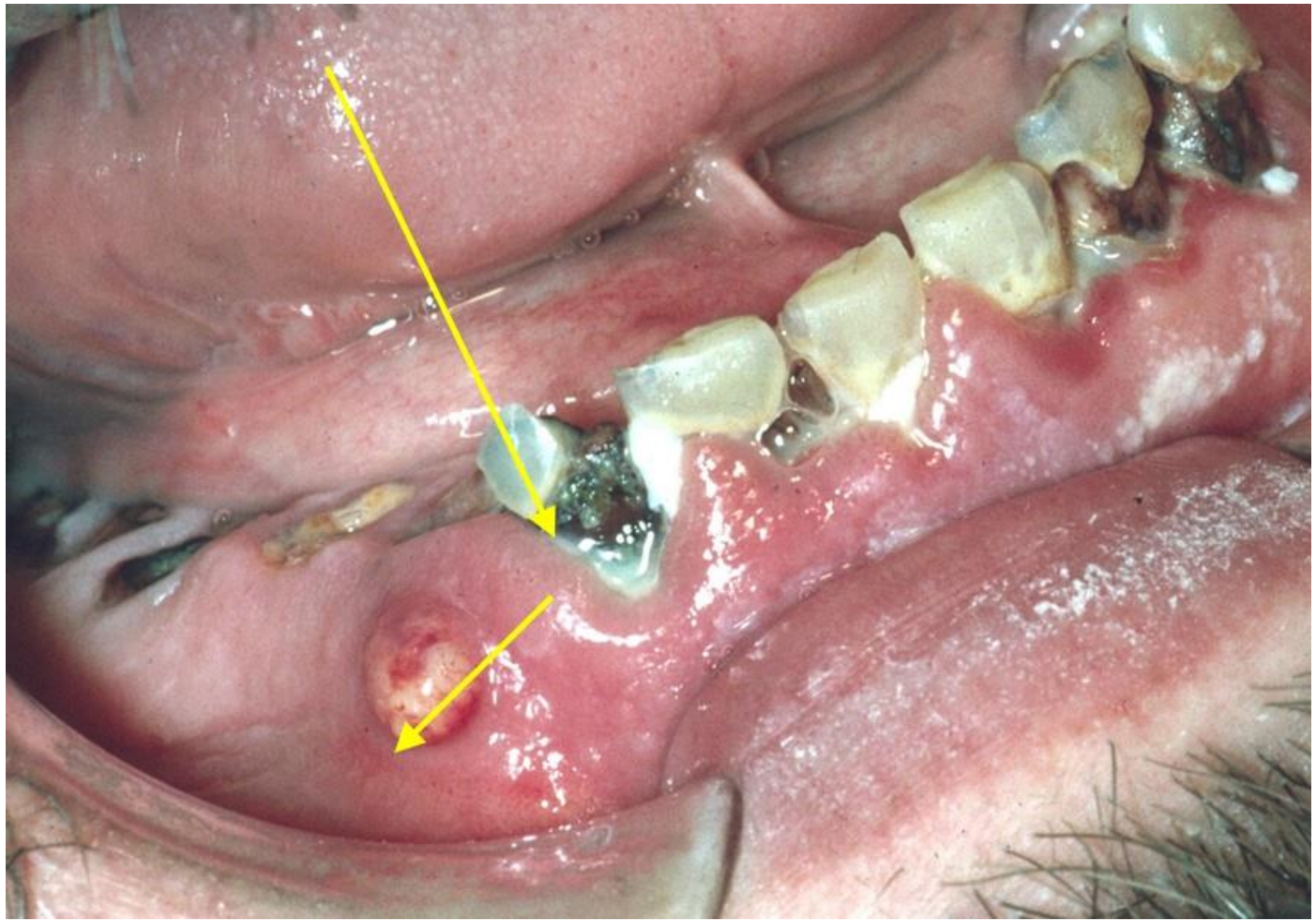
Kariesskador som inte behandlas växer



Tidig kariesskada

Två år senare





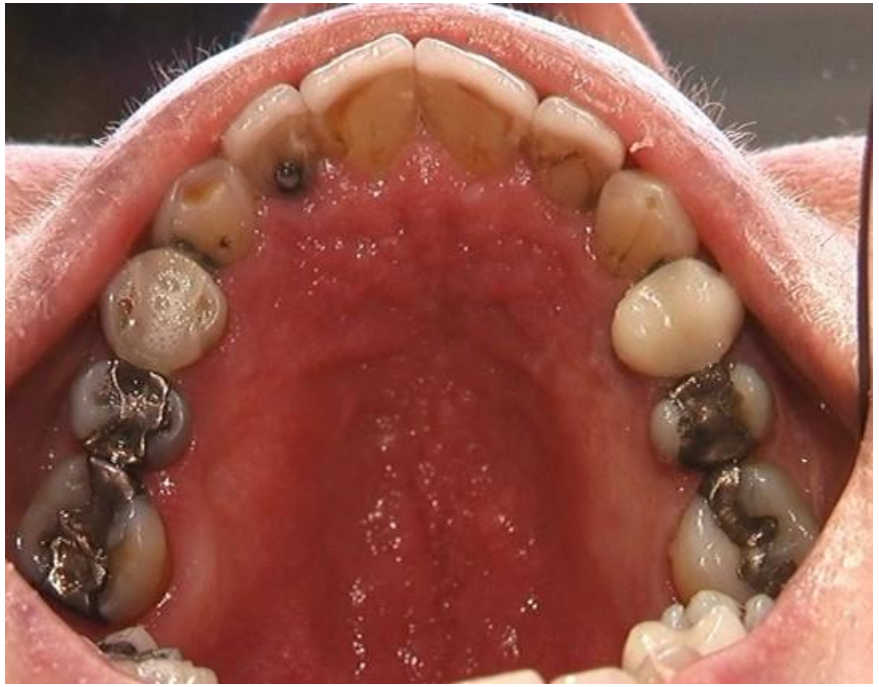
Varför är munvården viktig

- Nedsatt oral motorik och sensorik
- Nedsatt allmäntillstånd
- Sår i munnen kan uppmärksammas
- Muntorrhet
- Karies/inflammation i tandkött/tandlossning

- God munhygien är viktig även för den som behöver hjälp
- Munnen är intimt och känsligt område
- Känseln i munnen kan förändras och det kan bli svårare att känna om tänderna är rena

Inspektion av tungan

Vid inspektion av munhåla är det tänder, tunga och slemhinnor man tittar på.



Göra rent i munnen - varför det

- Orsaken till tandsjukdomar är oftast bakterier som fastnar på tänderna
- Genom att borsta tänderna varje dag hinner inte bakterierna skada

- Eltandborsten är ett bra hjälpmedel när man skall sköta munvård på någon annan men även för den som är stel i händer och fingrar

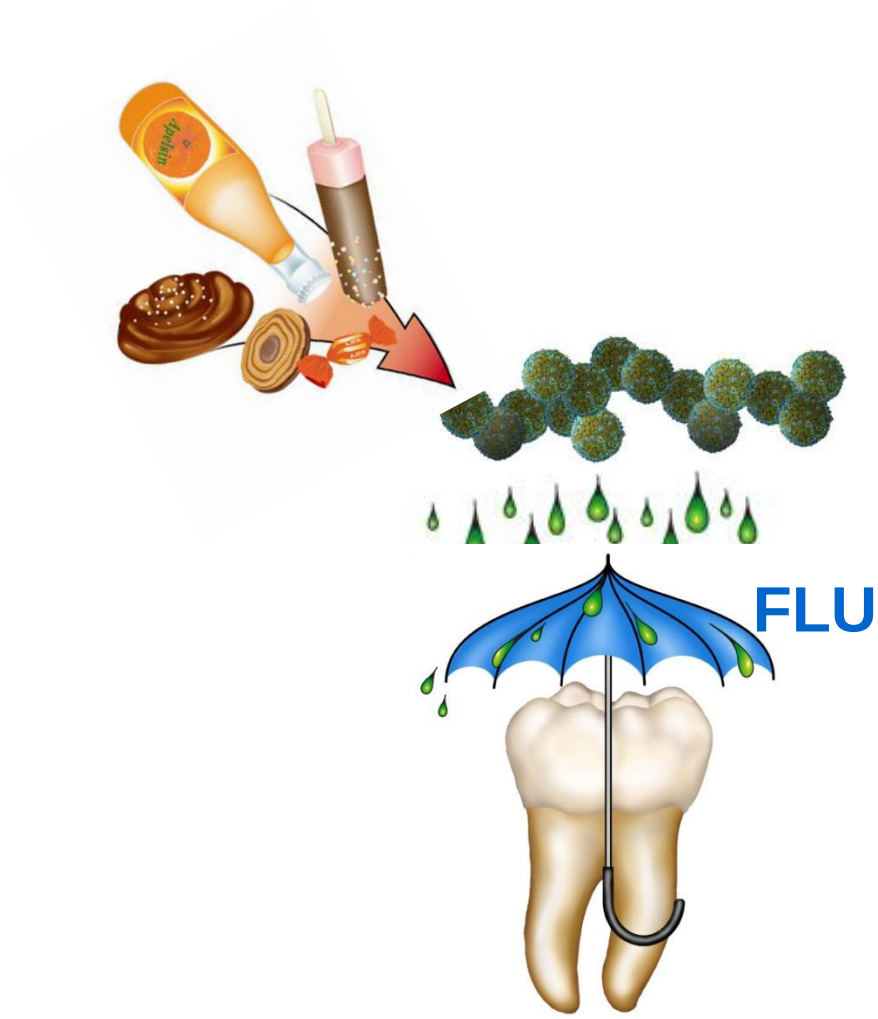
Vilken tandborste skall man välja

Tandborstteknik

Rent mellan tänderna

Tandstickor- den plana ytan
mot tandköttet

Mellanrumsborstar finns
i olika storlekar



FLUORID

- Fluorid gör det svårare för bakterierna att bilda syra

- Gör tandens yta hårdare och mer motståndskraftig

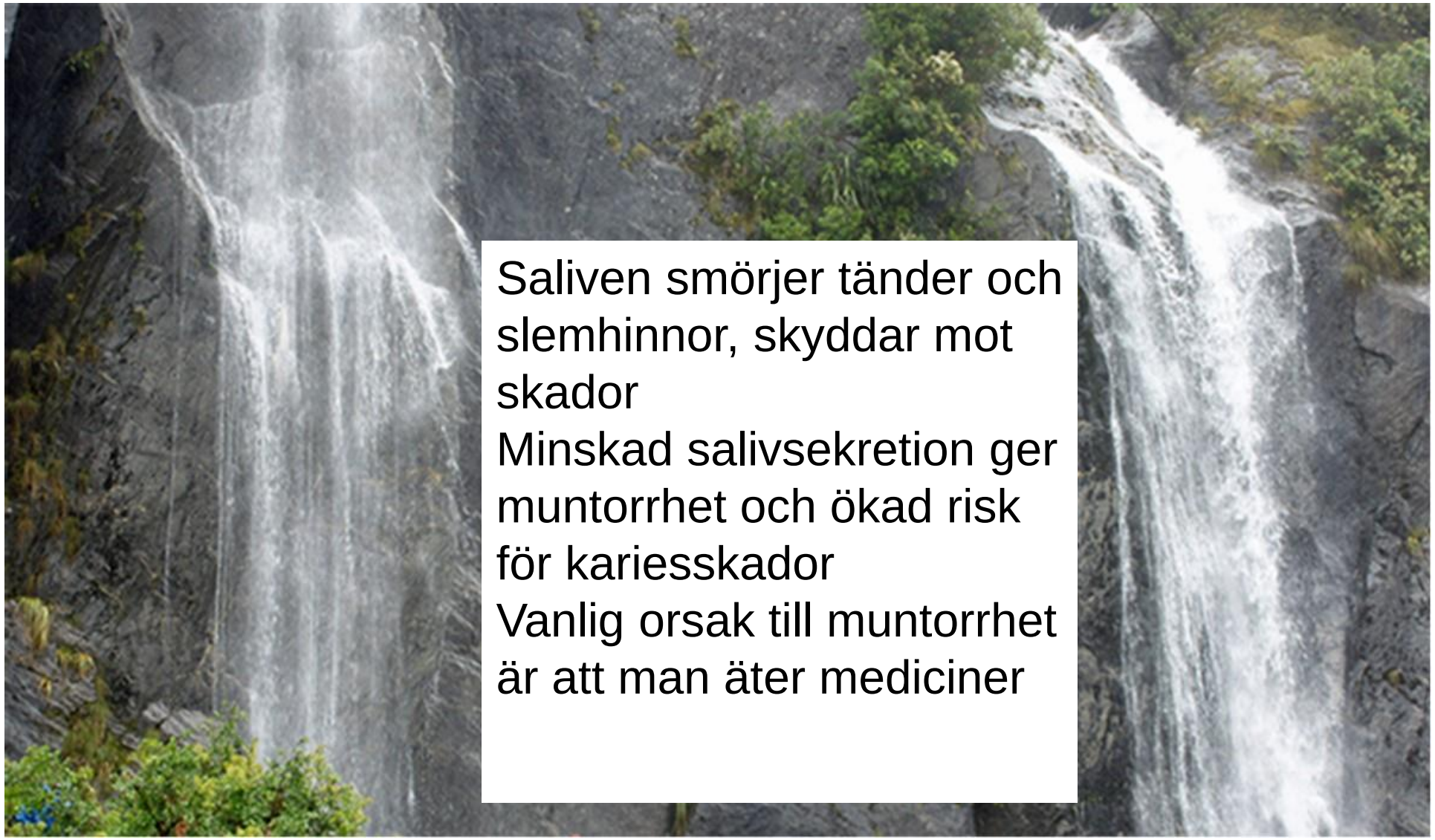
- Hjälper saliven att läka ut små kariesskador

Att använda fluorid

Två eller fler gånger om dagen

Tandkräm
Sköljning
Fluoridgel
(Fluoridtabletter)

Duraphat® 5 mg/g tandkräm
Fluor
1 g tandkräm innehåller 5 mg fluor (som natriumfluorid),
motsvarande 5000 ppm fluor
Colgate



Saliven smörjer tänder och slemhinnor, skyddar mot skador

Minskad salivsekretion ger muntorrhet och ökad risk för kariesskador

Vanlig orsak till muntorrhet är att man äter mediciner

Muntorrhet

Som vårdpersonal ser man om patienten är torr i munnen genom att titta på läppar, och att saliven är trådig, när patienten gapar

Vid muntorrhet är det viktigt att smörja läppar med mjukgörande salva.

Egenvård vid muntorrhet

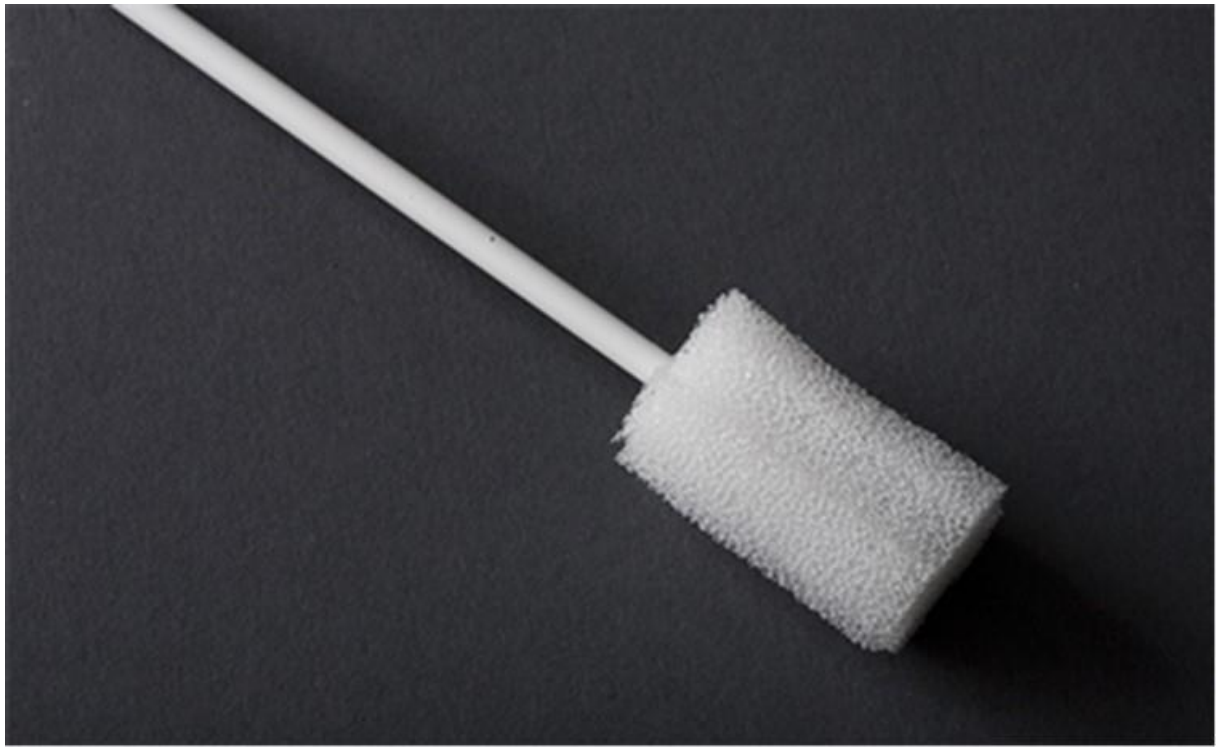
- Salivstimulerande sugtabletter
- Smörjande spray/gel
- Fluorid dagligen
- Dricka vatten vid törst
- Regelbunden tandvård

Smörjande preparat

Smörj flera gånger om dagen!

- Raps olja
- Proxident smörjande solrosolja
- Zendium Saliva gel
- Zendium Saliva munspray
- Oral Cleaner
- Proxident smörjande muntork

Proxident muntork



- **För att smörja slemhinnor**
- **För att tvätta ur munnen om man har svårt komma åt med tandborste**

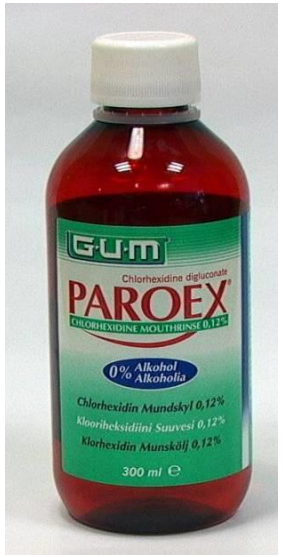
Gingivit

Vid dålig munhygien får patienten inflammation i tandköttet, gingivit.

Det blöder mycket och behandlingen är regelbunden munvård.

Parodontit, tandlossning

Infektionsbehandling av munhålan



- Hexident® lösning 0.1%
- Paroex® lösning 0,12 %
- Flux PRO Klorhexidin® 0,2%NaF+ 0,12% Klorhexidin

- Corsodylgel® 1 %
- Natriumfluorid-klorhexidin 0,2%+0,2% tandkräm
- Paroex® tandkräm Klorhexidin 0,06%+0,21% NaF

Munvård i livets slutskede

Folktandvården Västra Götaland

Palliativ munvård

Varför

- Viktigt med ett gott välbefinnande livet ut
- Undvika smärtsituationer
- Ofta är personen svårt muntorr
- Uppmärksamma problem såsom sår i slemhinnan och skav från vassa tänder

Åtgärder

- Inspektera
- Fukta
- Smörja

©

Delaktighet / Etik

- Berätta alltid för patienten/anhörig

  vad du gör och varför även om

  personen är medvetandesänkt
- Kommunicera så långt det möjligt

Inspektion

Inspektera kontinuerligt läppar och hela munhålan

- sår
- vassa tänder/frakturer, trasig protes
- beläggningar
- crustor

Hjälpmedel vid munvård

- Ficklampa
- Sked /spegel
- Muntork

- Olja (solros eller rapsolja)
- Xylocain viskös vid smärta

- Tandborste extra mjuk
- Approximala hjälpmedel
- Tandkräm mild / utan smak
- Bitstöd
- Fickmanual

Munvårdskorg

70-80% av palliativa patienter får svampinfektion i munslemhinnan
Syns som beläggningar eller rodnad slemhinna.

Svampbehandling vid palliativ vård

- Konsultera / rapportera till sjuksköterska, läkare eller tandläkare
- Läkare eller tandläkare tar ställning till om infektion skall behandlas
- Preparat?
- Smärta?
- Möjlighet till kostintag?

Muntorrhet

- Finns hos 70% av palliativa patienter
- Titta alltid på läppar, där syns muntorrhet
- Därefter inspekteras slemhinnor inne i munnen

Crustor

Vid muntorrhet kan crustor bildas i gommen
Löses upp genom tvätta med Bisolvon

Proxident muntork

- **För att smörja slemhinnor**
- **För att tvätta ur munnen om man har svårt komma åt med tandborste**

Munvård vid palliativ vård

Torka ur hela munhålan inklusive tänder, tunga, gom, munbotten och kindernas insida med muntork

Om personen biter ihop munnen så rengörs man så försiktigt det som är möjligt. Det viktigaste är att fukta slemhinnorna.

Läs mer

- Palliativregister- munvård sista veckan i livet
- 1177 Vård i livets slutskede
- Vårdhandboken – Vård i livets slutskede

Tack för uppmärksamheten

FRISK I MUNNEN HELA LIVET

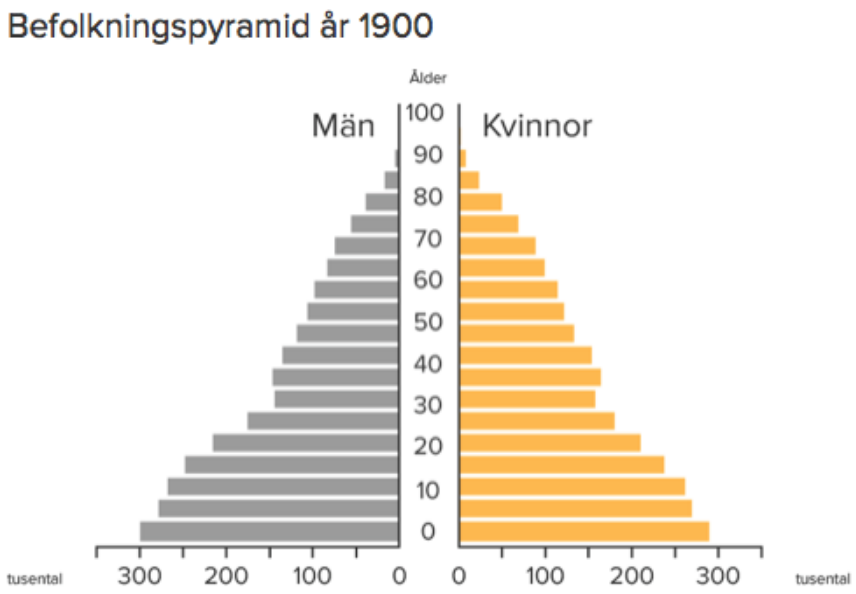
Centrum för äldretandvård

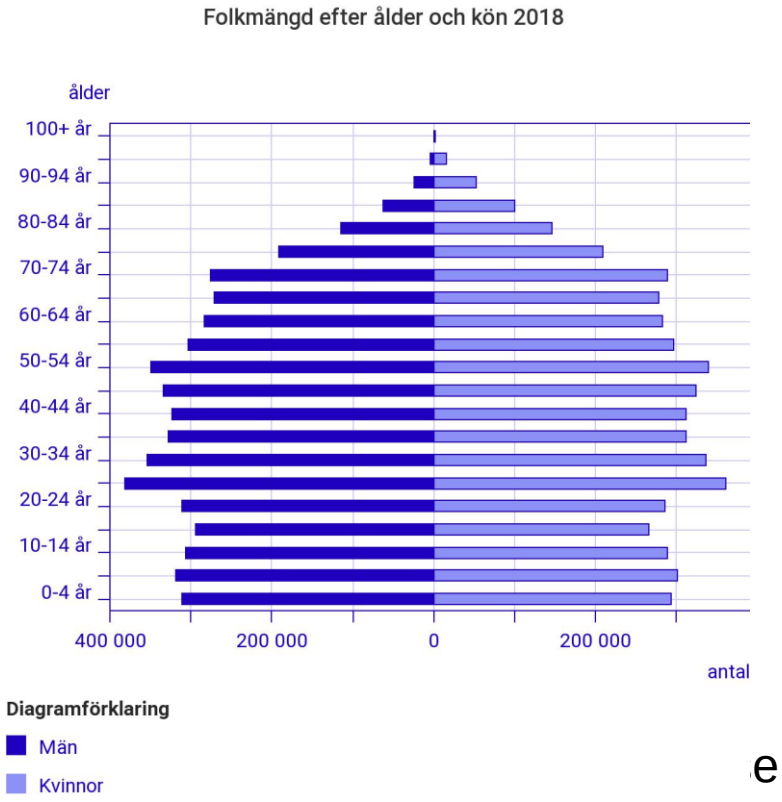
Leg Tandhygienist Ewa Nyström

27 november 2019

Frisk i munnen hela livet

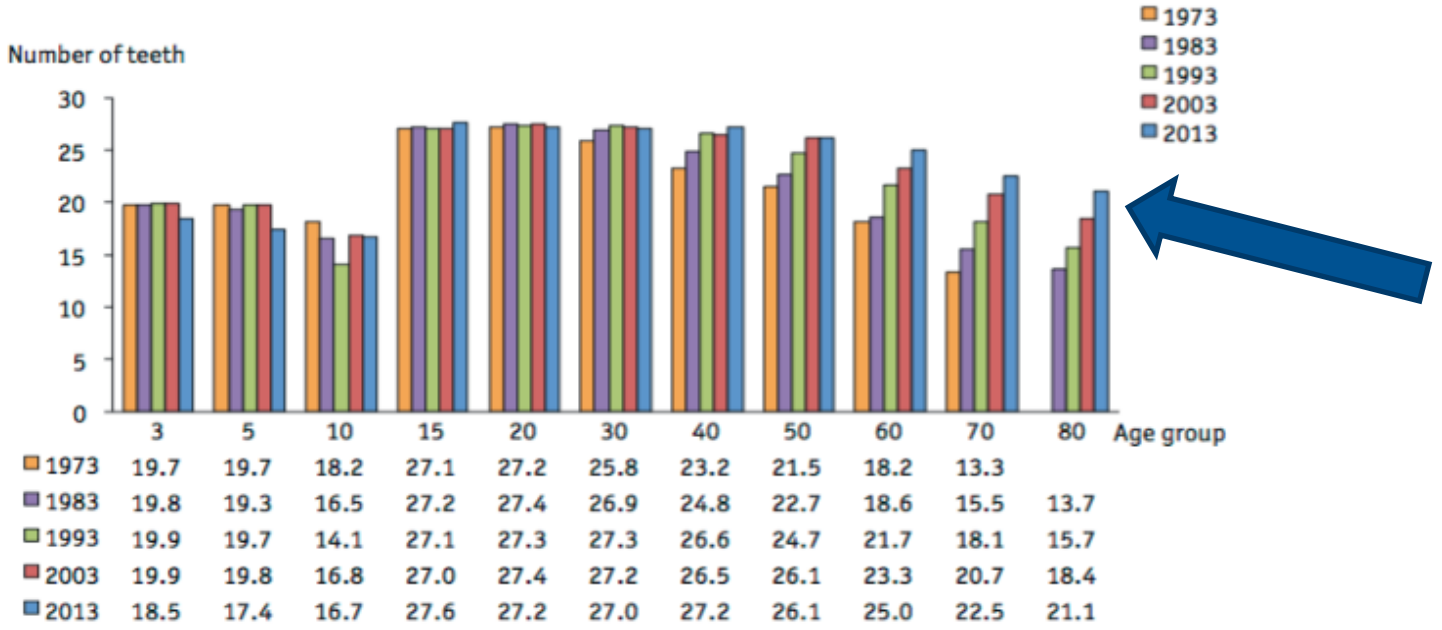
Information till vårdpersonal inom äldreomsorg


Befolkningspyramid år 1900
Ålder
Män
Kvinnor
100
90
80
70
60
50
40
30
20
10
0
tusental
300
200
100
0
0
100
200
300
tusental


Folkmängd efter ålder och kön 2018
ålder
100+ år
90-94 år
80-84 år
70-74 år
60-64 år
50-54 år
40-44 år
30-34 år
20-24 år
10-14 år
0-4 år
400 000
200 000
0
200 000
antal
Diagramförklaring
Män
Kvinnor

e

Fig. 1. Number of existing teeth (excluding edentulous individuals). Means in the different age groups in 1973, 1983, 1993, 2003, and 2013.



	3	5	10	15	20	30	40	50	60	70	80
Age group											
1973	19.7	19.7	18.2	27.1	27.2	25.8	23.2	21.5	18.2	13.3	
1983	19.8	19.3	16.5	27.2	27.4	26.9	24.8	22.7	18.6	15.5	13.7
1993	19.9	19.7	14.1	27.1	27.3	27.3	26.6	24.7	21.7	18.1	15.7
2003	19.9	19.8	16.8	27.0	27.4	27.2	26.5	26.1	23.3	20.7	18.4
2013	18.5	17.4	16.7	27.6	27.2	27.0	27.2	26.1	25.0	22.5	21.1

Norderyd O et al: Oral Health of individuals aged 3-80 years in Jönköping, Sweden during 40 years (1973-2013). II. … SDJ 2015; 39: 69-86

Det normala åldrandet i munnen

- Tänderna blir mörkare
- Tandhalsar/rotytor blir synliga
- Tandköttet drar sig undan
- Tänderna blir sköra
- Smaken förändras
- Muntorrhet är vanlig

Matens betydelse

Maten har stor betydelse för att bibehålla hälsan och förebygga ohälsa.

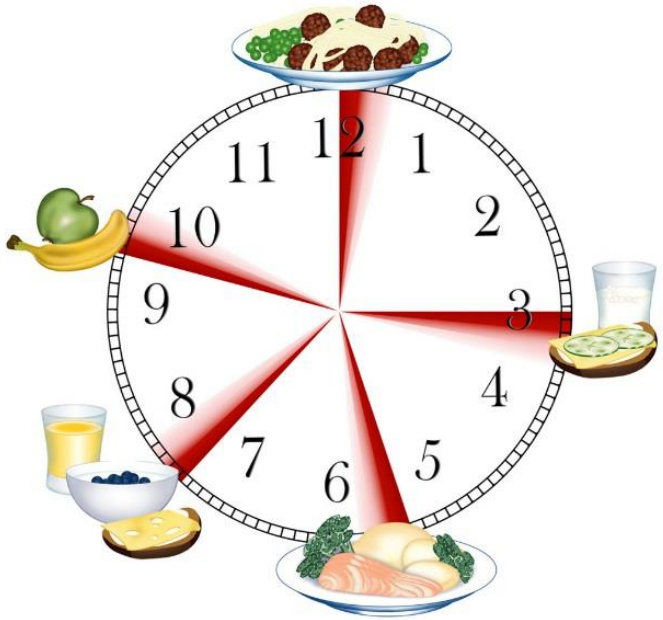
Hälsosamma matvanor

Gör det enkelt – följ dessa råd!

MER	BYT TILL	MINDRE
grönsaker, frukt och bär	fullkorn	rött kött och chark
fisk och skaldjur	nyttiga matfetter	salt
nötter och frön	magra mejeriprodukter	socker
rörelse i vardagen		alkohol

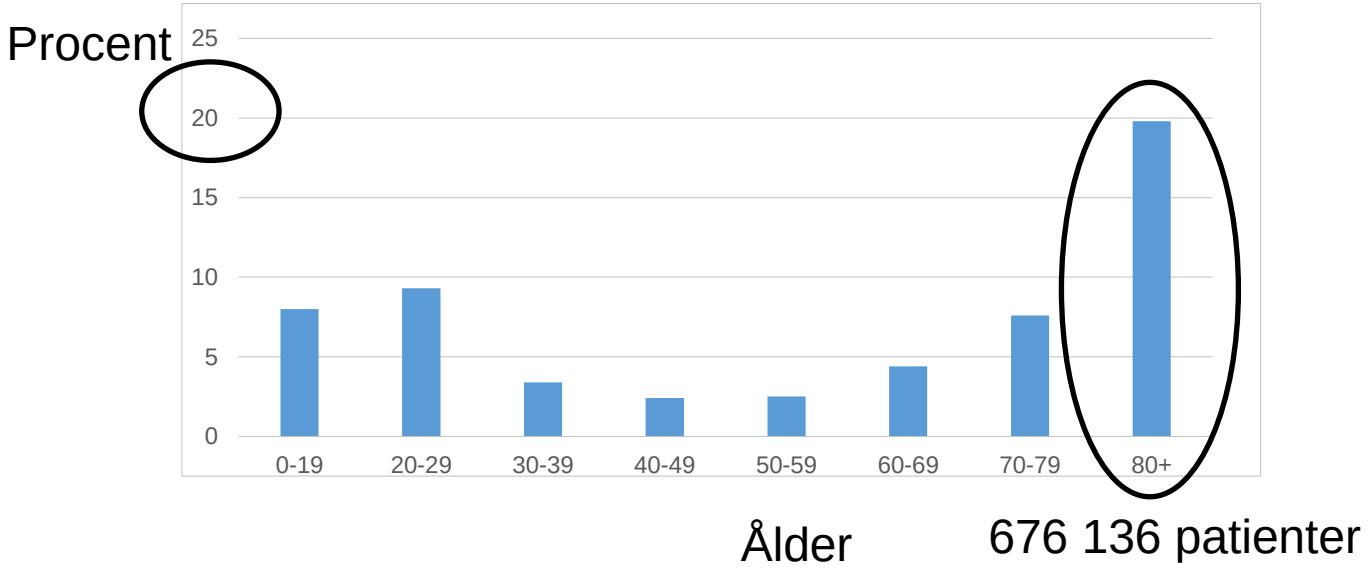
Äta och dricka sunt

- Varje gång du äter startar ett angrepp på dina tänder
- Fem gånger om dagen klarar tänderna att vi äter
- Däremellan behöver munnen vila



Täta måltider

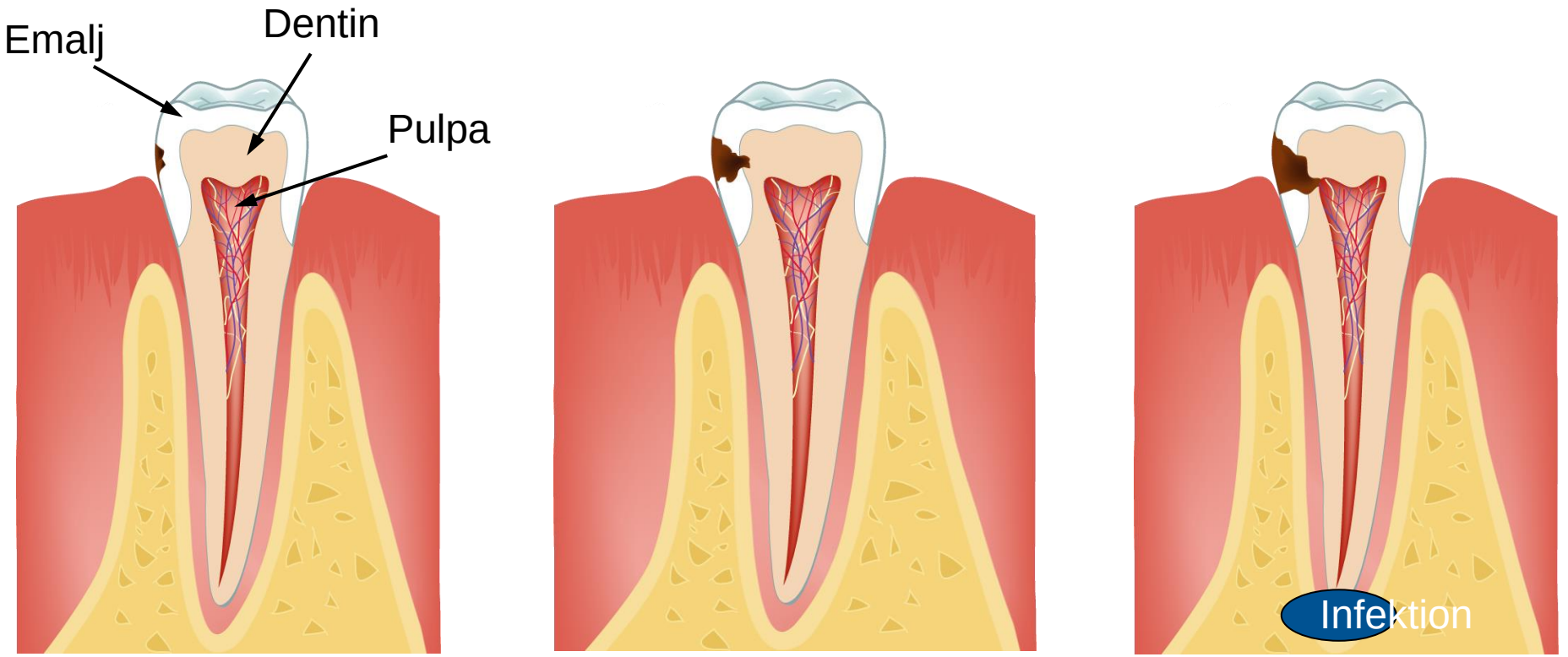
Hög kariesrisk i olika åldersgrupper
Ftv Västra Götaland 2014



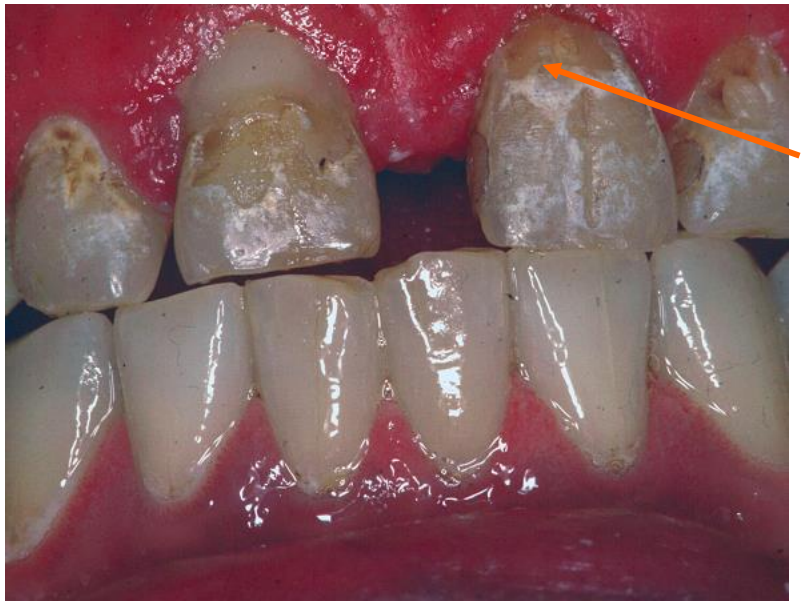
676 136 patienter

Utveckling av kariesangrepp

Kariesangrepp startar i emalj och kan växa in till pulpan. Pulpan blir infekterad och infektion kan spridas till käkbenet.

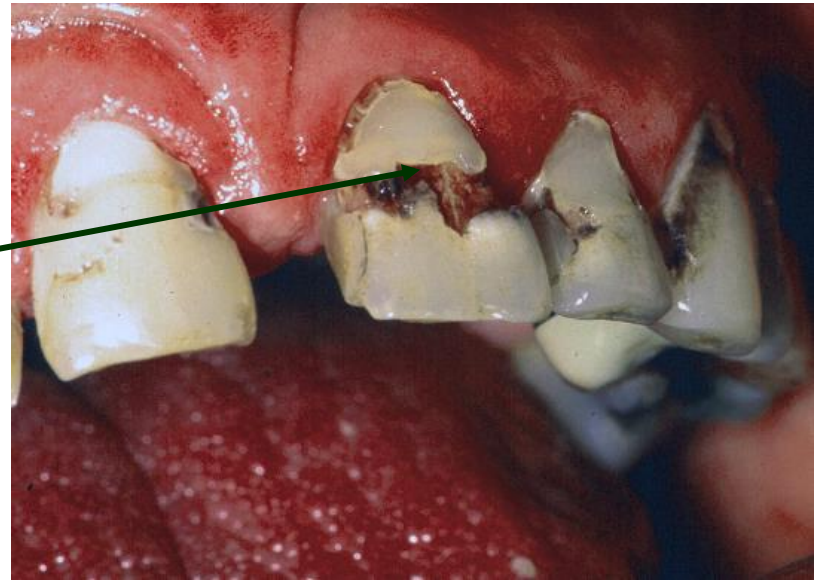


Kariesskador som inte behandlas växer

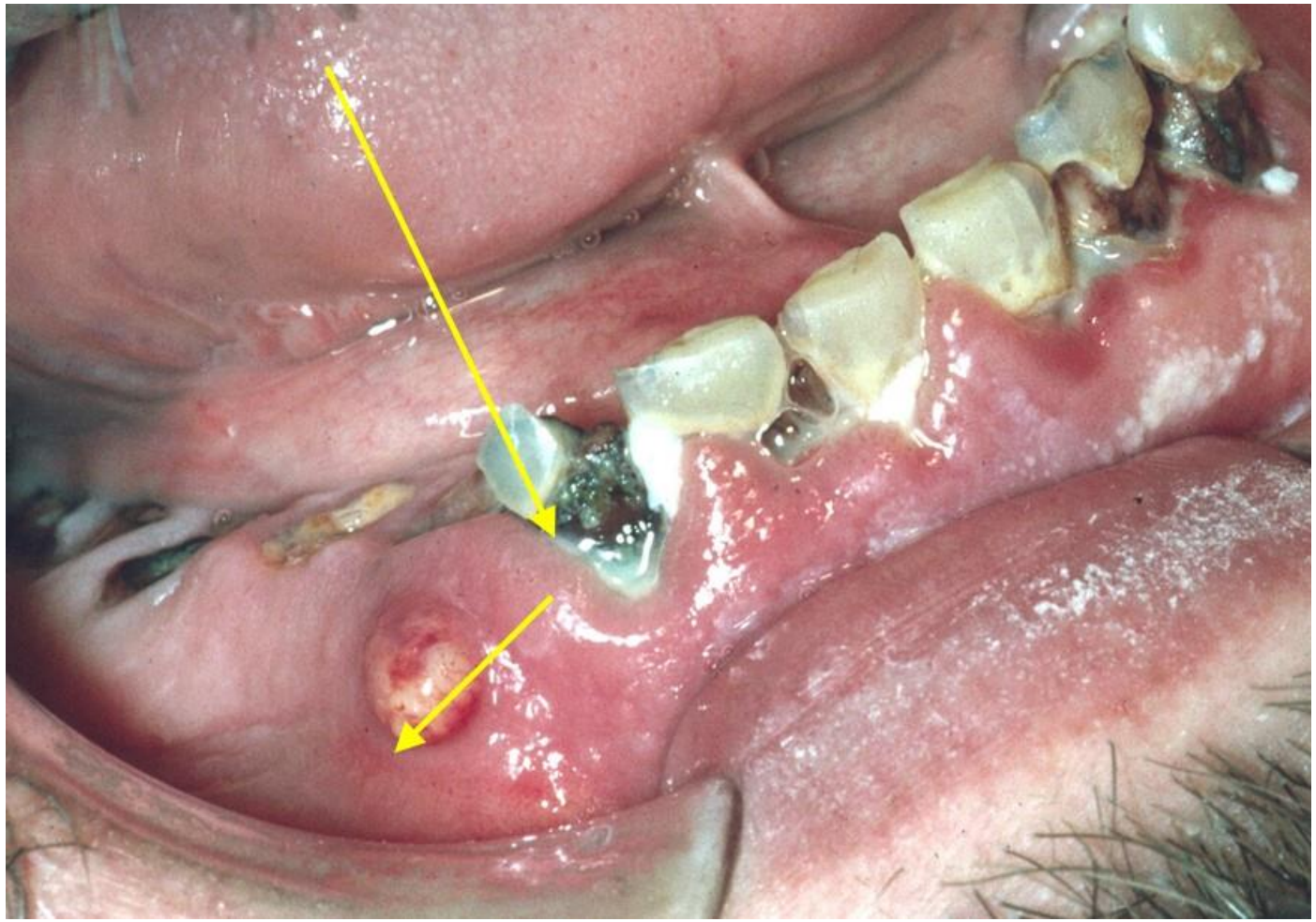


Tidig kariesskada

Två år senare



Obehandlad karies har gett infektion i vävnaden som omger tanden



Varför är munvården viktig

- Nedsatt oral motorik och sensorik
- Nedsatt allmäntillstånd
- Sår i munnen kan uppmärksammas
- Muntorrhet
- Karies/inflammation i tandkött/tandlossning

Hjälp med munvård

- God munhygien är viktig även för den som behöver hjälp
- Munnen är intimt och känsligt område
- Känseln i munnen kan förändras och det kan bli svårare att känna om tänderna är rena

Inspektion av munhålan

Friska förhållanden

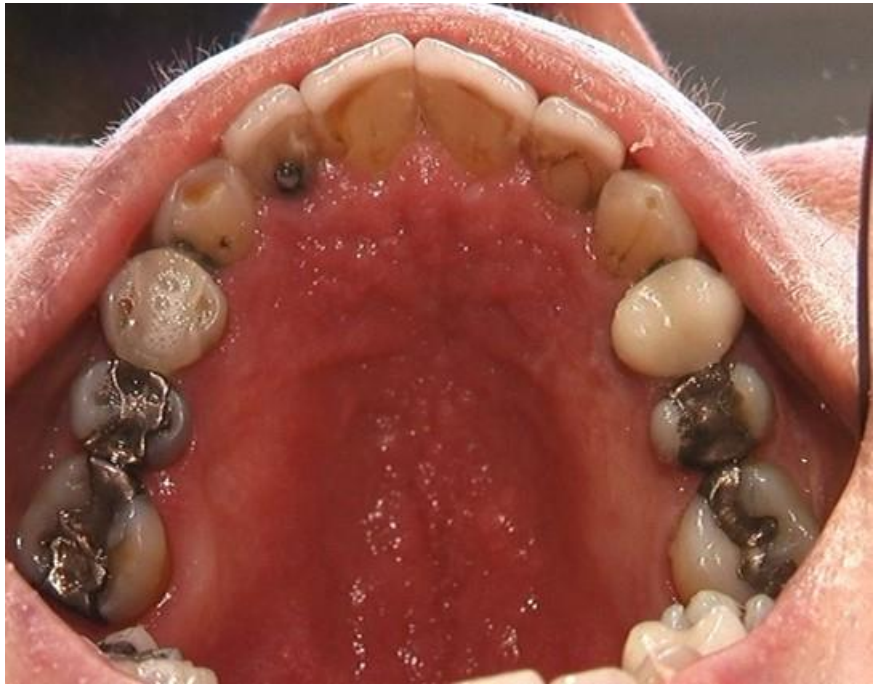
Friskt tandstatus hos 80-årig man

Friskt tandstatus hos 80-årig man

Inspektion av tungan

Vid inspektion av munhåla är det tänder, tunga och slemhinnor man tittar på.

Svampinfektion i munslemhinnan



Bristande munhygien

Göra rent i munnen - varför det

- Orsaken till tandsjukdomar är oftast bakterier som fastnar på tänderna
- Genom att borsta tänderna varje dag hinner inte bakterierna skada
- Eltandborsten är ett bra hjälpmedel när man skall sköta munvård på någon annan men även för den som är stel i händer och fingrar

Vilken tandborste skall man välja

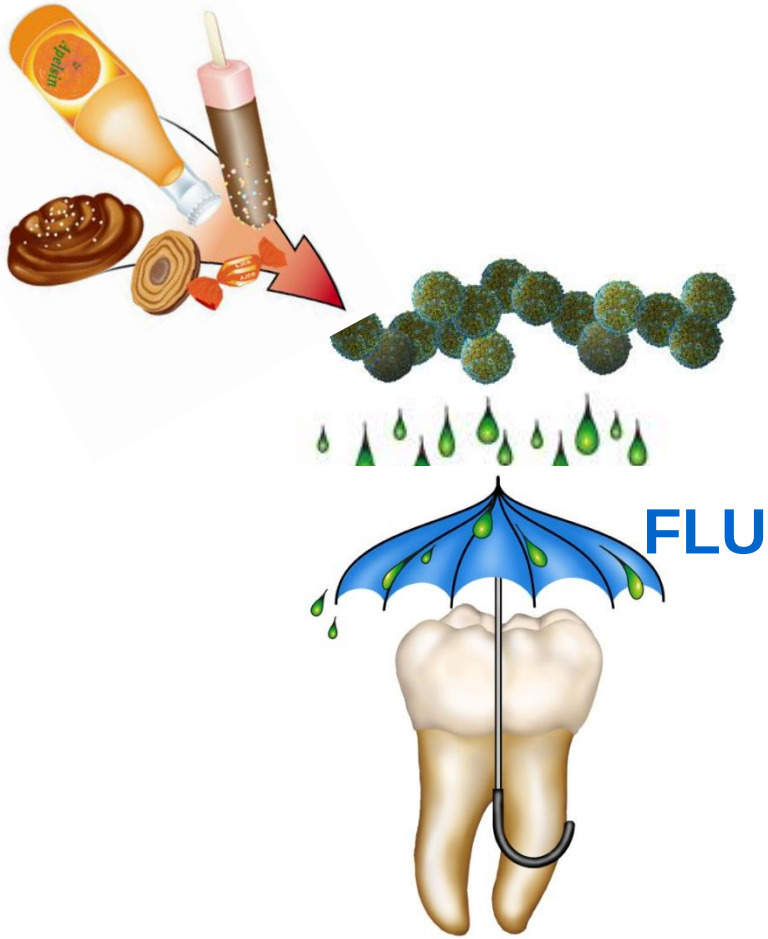
Tandborstteknik

Rent mellan tänderna

Tandstickor- den plana ytan
mot tandköttet

Mellanrumsborstar finns
i olika storlekar

Hur verkar fluorid?



- Fluorid gör det svårare för bakterierna att bilda syra

- Gör tandens yta hårdare och mer motståndskraftig

- Hjälper saliven att läka ut små kariesskador

Att använda fluorid

Två eller fler gånger om dagen

Tandkräm

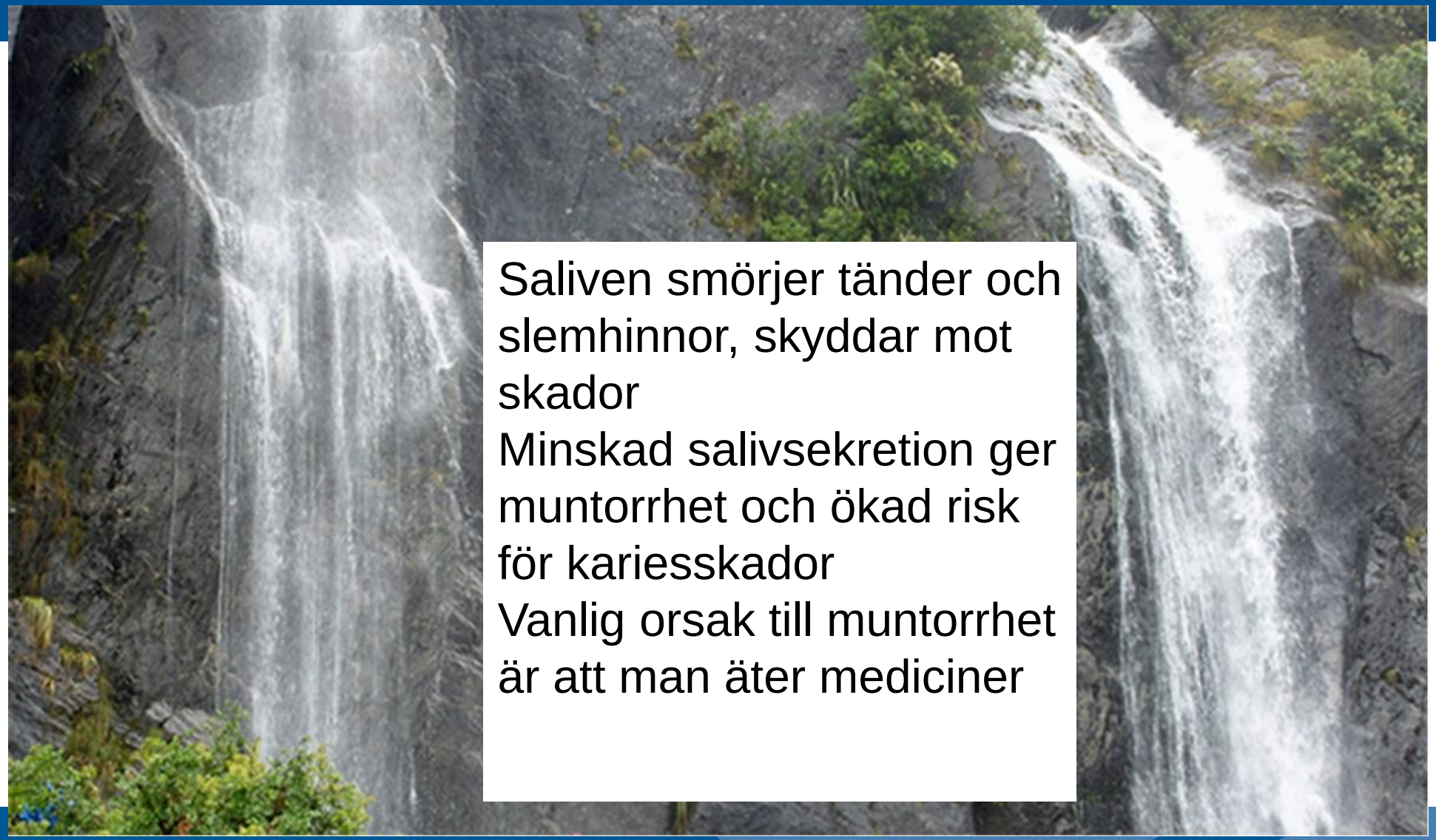
Sköljning

Fluoridgel

(Fluoridtabletter)

Tandkräm med extra hög fluoridhalt vid kariesrisk

Torr i munnen



Saliven smörjer tänder och slemhinnor, skyddar mot skador

Minskad salivsekretion ger muntorrhet och ökad risk för kariesskador

Vanlig orsak till muntorrhet är att man äter mediciner

Muntorrhet

Som vårdpersonal ser man om patienten är torr i munnen genom att titta på läppar, och att saliven är trådig, när patienten gapar

Vid muntorrhet är det viktigt att smörja läppar med mjukgörande salva.

Egenvård vid muntorrhet

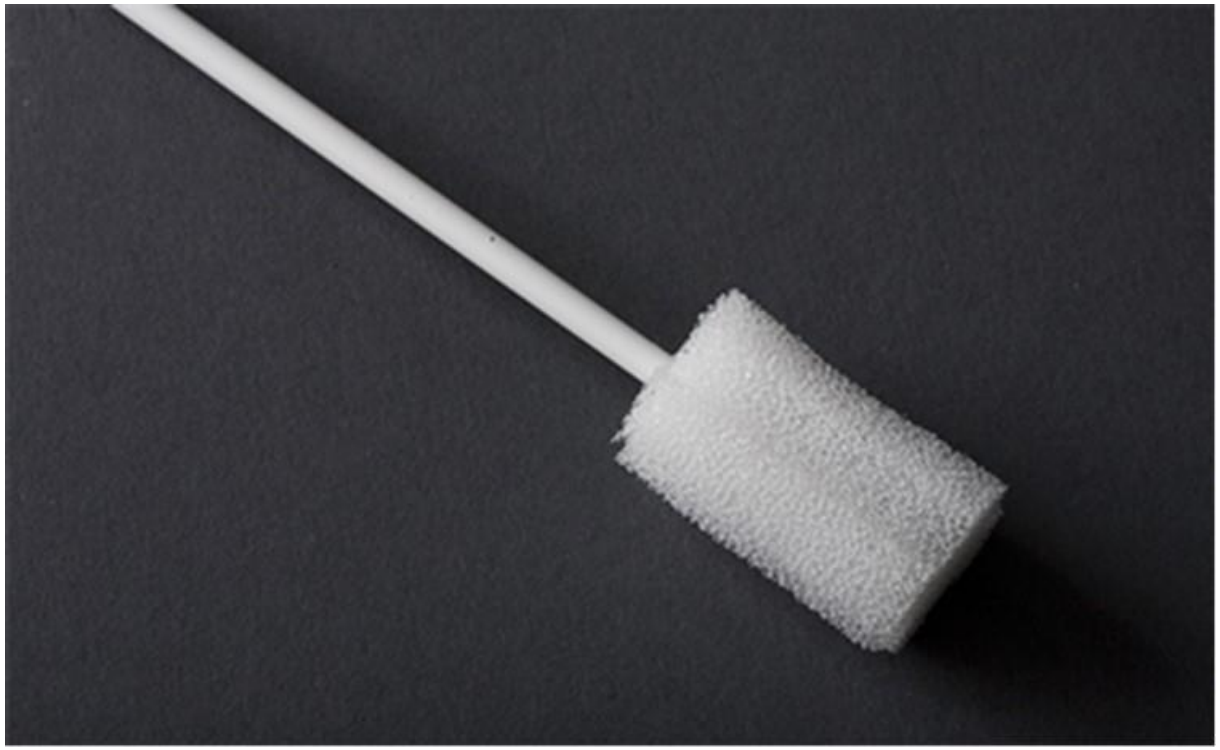
- Salivstimulerande sugtabletter
- Smörjande spray/gel
- Fluorid dagligen
- Dricka vatten vid törst
- Regelbunden tandvård

Smörjande preparat

Smörj flera gånger om dagen!

- Raps olja
- Proxident smörjande solrosolja
- Zendium Saliva gel
- Zendium Saliva munspray
- Oral Cleaner
- Proxident smörjande muntork

Proxident muntork



- **För att smörja slemhinnor**
- **För att tvätta ur munnen om man har svårt komma åt med tandborste**

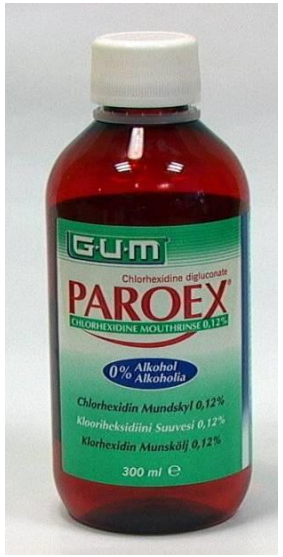
Gingivit

Vid dålig munhygien får patienten inflammation i tandköttet, gingivit.

Det blöder mycket och behandlingen är regelbunden munvård.

Parodontit, tandlossning

Infektionsbehandling av munhålan



- Hexident® lösning 0.1%
- Paroex® lösning 0,12 %
- Flux PRO Klorhexidin® 0,2%NaF+ 0,12% Klorhexidin

- Corsodylgel® 1 %
- Natriumfluorid-klorhexidin 0,2%+0,2% tandkräm
- Paroex® tandkräm Klorhexidin 0,06%+0,21% NaF

Munvård i livets slutskede

Folktandvården Västra Götaland

Palliativ munvård

Varför

- Viktigt med ett gott välbefinnande livet ut
- Undvika smärtsituationer
- Ofta är personen svårt muntorr
- Uppmärksamma problem såsom sår i slemhinnan och skav från vassa tänder

Åtgärder

- Inspektera
- Fukta
- Smörja

©

Delaktighet / Etik

- Berätta alltid för patienten/anhörig

  vad du gör och varför även om

  personen är medvetandesänkt
- Kommunicera så långt det möjligt

Inspektion

Inspektera kontinuerligt läppar och hela munhålan

- sår
- vassa tänder/frakturer, trasig protes
- beläggningar
- crustor

Hjälpmedel vid munvård

- Ficklampa
- Sked /spegel
- Muntork

- Olja (solros eller rapsolja)
- Xylocain viskös vid smärta
- Tandborste extra mjuk
- Approximala hjälpmedel
- Tandkräm mild / utan smak

- Bitstöd
- Fickmanual

Munvårdskorg

Svampinfektion i munslemhinnan

70-80% av palliativa patienter får svampinfektion i munslemhinnan
Syns som beläggningar eller rodnad slemhinna.

Svampbehandling vid palliativ vård

- Konsultera / rapportera till sjuksköterska, läkare eller tandläkare
- Läkare eller tandläkare tar ställning till om infektion skall behandlas
- Preparat?
- Smärta?
- Möjlighet till kostintag?

Muntorrhet

- Finns hos 70% av palliativa patienter
- Titta alltid på läppar, där syns muntorrhet
- Därefter inspekteras slemhinnor inne i munnen

Crustor

Vid muntorrhet kan crustor bildas i gommen
Löses upp genom tvätta med Bisolvon

Proxident muntork

- **För att smörja slemhinnor**
- **För att tvätta ur munnen om man har svårt komma åt med tandborste**

Munvård vid palliativ vård

Torka ur hela munhålan inklusive tänder, tunga, gom, munbotten och kindernas insida med muntork

Om personen biter ihop munnen så rengörs man så försiktigt det som är möjligt. Det viktigaste är att fukta slemhinnorna.

Läs mer

- Palliativregister- munvård sista veckan i livet
- 1177 Vård i livets slutskede
- Vårdhandboken – Vård i livets slutskede

Tack för uppmärksamheten