

Vi trenger å snakke om munnhelse

*ved Wenche Hammer
Avansert geriatrisk sykepleier*

*og Sandra Sili
Sykepleier og masterstudent i
Avansert klinisk sykepleie*



Matgledekorpsset er et samarbeidsprosjekt mellom:



Statsforvalteren i Oslo og Viken

Leve hele livet
- en kvalitetsreform for eldre



Utviklingscenter for
sykehjem og hjemmetjenester

Matvalget

Syke og eldre trenger god munnhelse

Faktorer som forringer tann og munnhelsen:

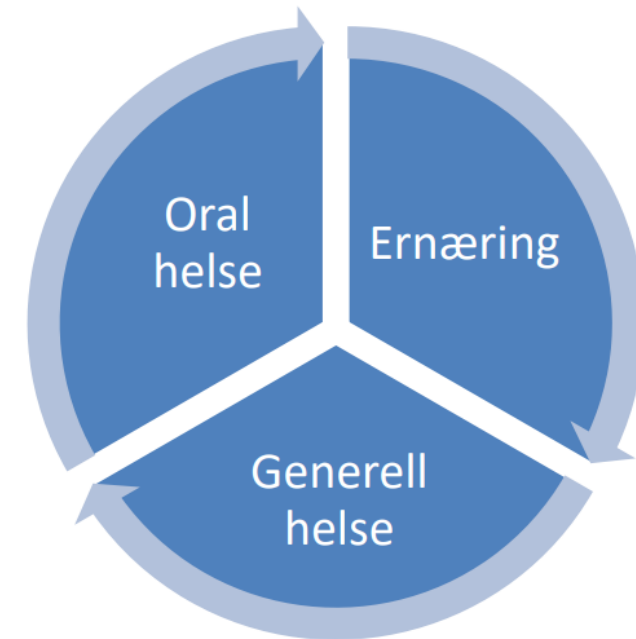
- normale aldersendringer
- sykdom
- medisiner
- sviktende egenomsorg
- sukkerinntak



Tannpapillen forsvinner ved aldring

Fordeler ved god tann-og munnhelse

- Økt velvære og livskvalitet
- Bedre appetitt og smak
- Bidrar til å opprettholde spisefunksjon og fordøyelse
- Forebygger sykdommer
- Forebygger smerte





Aldring, legemidler og sykdom

- Immunforsvaret blir svekket, endret bakterieflora. Utvikler lettere sykdom
- Nedsatt spyttsekresjon (munntørrhet)
- Legemiddelbruk (munntørrhet)
- Redusert motorikk i ansiktsregionen og tunge
- Lite selvrensing av munnhulen (matrester får ligge lenger rundt tennene)
- Dårligere motorikk -vanskeliggjør tannpuss



Munntørrhet

Nedsatt spyttsekresjon

- Spytt renser munnhulen, opprettholder bakteriefloraen

Systemisk sykdom

- Sjøgrens syndrom, høyt blodtrykk, diabetes
- Effekt av bestråling mot spyttkjertlene

Medikamenter

- Medikamenter i seg selv eller ved bruk av flere medikamenter
- Ved bruk av 6 eller flere legemidler, viser forskning at man har økt risiko for å få problemer med munntørrhet



Konsekvens av munntørrhet

- ❖ økt risiko for karies. Kan være årsak til smerter/ubehag ved spising.
- ❖ vansker med spising/svelging. (Tygging stimulerer spyttsekresjonen - bløter opp maten og gjør den lettere å svelge).
- ❖ overfølsom tunge
- ❖ endret smaksoppfatning/reduisert smak
- ❖ tørre og såre slimhinner
- ❖ soppinfeksjoner



Oral helse og munnhygiene

God oral helse er viktig for:

- næringsinntak
- smak
- tale
- sosial trivsel

Dårlig munnhygiene og plakk (bakteriebelegg) har stor betydning for:

- utvikling av karies (hull i tennene)
- periodontitt (betennelse i tennenes festeapparat)
- infeksjoner i munnen

Hvordan undersøkes munnhulen? Hva ser vi etter?

Munnslimhinner • Tungen • Tannkjøttet • Tenner • Protoser • Munntørrhet



Rødfarget og glatt overflate i tannkjøttet.
Foto: UiO



Rødhet i ganen og slimhinner. Protesegnag.
Foto: UiO



Hull i tennene. Foto: UiB.



Foto: Norsk tannvern.



Knækt tann. Foto: Tannhelse Rogaland FKF

ROAG munnvurderingsinstrument norsk versjon

februar 2014

Lokalisasjon	Metode	Gradert symptombeskrivelse			Tiltak ved symptomer
		1	2	3	Ved grad 2
Stemme	Snakke, lytte	Normal stemme	Tørr, hes, smattende	Vanskelig å snakke	Fukt munnen med vann (drikke, skylle eller munntørk). Etterfuktning med spyttstimulerende eller spytterstatningsmidler.
Læpper	Observer	Myke, lyserøde, fuktige	Tørre og sprukne, sår i munnvikene	Såre og lettblødende	Lokal smertelindring. Smør med fet krem/ salve
Munnslimhinner Fjerne ev. protese	Bruk belysning og munnspeil* Observer: hø. kinn, innside leppe, overkjeve, ve. kinn, innside leppe, underkjeve, gomme, munnulv	Lyserøde, fuktige	Røde, tørre eller områder med belegg	Sår med eller uten blødning	Lokal smertelindring. Rengjøring (ta bort skorper). Etterfukt.
Tunge	Bruk belysning og munnspeil* Observer	Lyserød, fuktig med papiller	Ingen papiller, rød og tørr, belegg	Sår med eller uten blødning, blemmer	Lokal smertelindring. Fjerne belegg og skorper. Etterfukt
Tannkjøtt	Bruk belysning og munnspeil* Observer	Lyserødt og fast	Hovent og rødt	Spontan blødning	Hjelp med tannbørsting og rengjøring mellom tennene Skyll med antibakterielt middel
Tenner	Bruk belysning og munnspeil* Observer	Rene, intet synlig belegg eller matrester	Belegg eller matrester lokalt, dårlige tenner	Belegg eller matrester generelt	Hjelp med tannbørsting og rengjøring mellom tennene. Passende fluortilførsel
Protese	Observer	Rene og fungerende	Belegg eller matrester, fungerer dårlig	Brukes ikke	Hjelp med proteserengjøring, og rengjøring mellom tennene.
Saliva/spytt	Dra med munnspeilet* langs med kinnets innside	Glir lett	Glir tregt	Glir ikke i det hele tatt	Fukte munnen med vann (drikke, skylle eller munntørk). Etterfukte med spyttstimulerende eller spytterstatningsmiddel.
Svelging Relatert til smerte og munntørrhet	Be pasienten svelge, observer og spør	Uhindret svelging	Ubetydelige svelgproblemer	Uttalte svelgproblemer	Fukte munnen med vann (drikke, skylle eller munntørk) Etterfukte med spyttstimulerende eller spytterstatningsmiddel.

*Dersom ikke munnspeil er tilgjengelig, anbefales bruk av trespatel

Tiltak tilsvarende grad 3i ROAG: henvisning eller konsultasjon tannlege/ tannpleier, alternativt lege

Med tillatelse fra Pia Andersson, Leg. tandhyg., dr.odont.vet. / RDH, ph.d., Högskolan Kristianstad, Sektionen för Hälsa och Samhälle



Ansvarsfordeling

Pleie –og omsorgstjenesten (PLO) og Den offentlige tannhelsetjenesten (DOT)

- Helsepersonell har et selvstendig ansvar for å yte forebyggende og helsebevarende hjelp på en faglig måte
- I forskrift om kvalitet i pleie- og omsorgstjenesten står det at det skal utarbeides skriftlige prosedyrer som skal sikre at pasientens munnhygiene blir ivaretatt
- Pasienter på sykehjem og de som mottar hjemmesykepleie minimum en gang i uken i mer enn tre måneder har rett på gratis tannbehandling
- Helsepersonell må kontakte den offentlige tannhelsen (DOT) ved behov

Den off. tannhelsetjenesten skal:

- gi regelmessig og oppsøkende tilbud
- organisere forebyggende tiltak
- gi tilbud om nødvendig tannhelsehjelp
- gi nødvendig opplæring og øke kunnskapen til helsepersonell

Lowerk og forskrifter:

Lov om tannhelsetjenesten

Forskrift om vederlag for tannhelsetjenester §2 .

Rundskriv og Forskrift om kvalitet i pleie- og Lov om tannhelsetjenesten omsorgstjenesten

Den kommunale helsetjenesten er regulert av lov om kommunehelsetjeneste av 1982

Pilotprosjekt ved Edw. Ruuds omsorgssenter

September 2020 – juni 2021:

*Oral helse hos eldre på sykehjem -
Utprøving av munnstellboks*

Prosjektleder Sandra Sili





Bakgrunn

- Mat -og måltider er ett av Leve hele livet reformens innsatsområder
- I tidligere studier er det påvist sammenheng mellom god munn- og tannhelse og ernæringsstatus.
- Forskning viser at det er mange hemmende faktorer hos ansatte på sykehjem for å kunne hjelpe med ivaretagelse av god oral helse og godt tannstell.
- Manglende fokus og kunnskap om oral helse, manglende utstyr og manglende kunnskap om bruk av utstyret.



Prosjektets hovedmål

Prosjektet skal starte utvikling av en systematisk metode for:

- bedre oral helse og munnstell for beboere på sykehjem
- økt kunnskap hos helsepersonell.

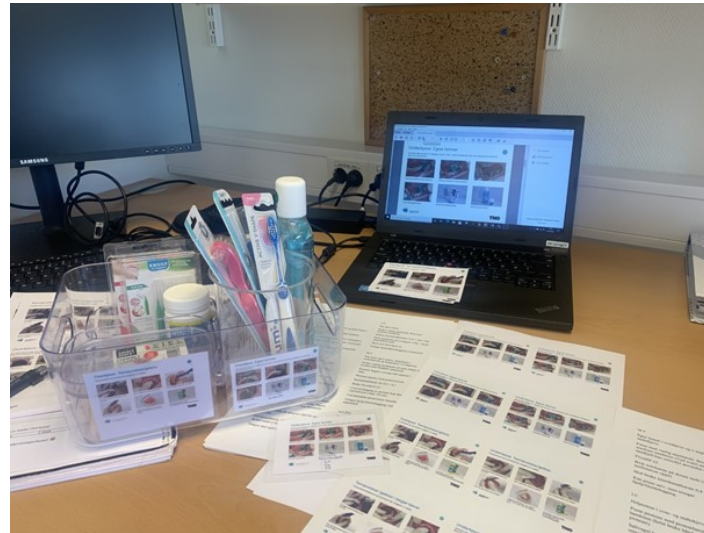


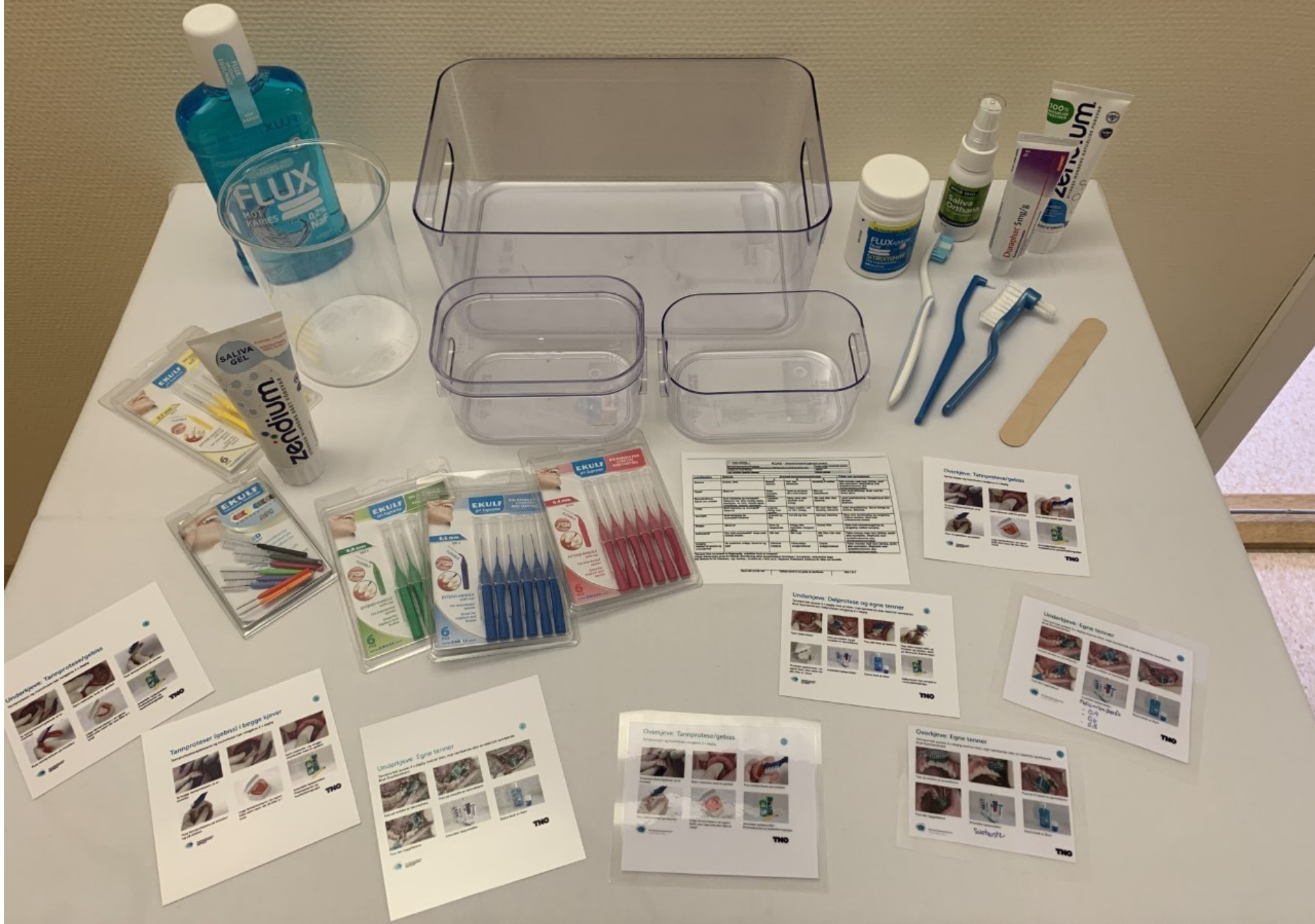
Gjennomføring

Vi vil teste ut om bruk av munnstellbokser satt i system, kan være et virkemiddel for bedre oral helse og munnstell hos eldre på sykehjem

- ❖ Forankring i avdelingene
- ❖ Innkjøp av utstyr
- ❖ Undervisning
- ❖ Tannscreening – egne prosedyrer og egen tilpasset munnstellboks
- ❖ Praktisk gjennomføring
- ❖ Foreløpige synlige resultater/effekt i avdeling

Innkjøp av utstyr





Hjelpemidler

- Tannbørster og mellomromsbørster
- Duraphat-tannkrem
- Fluor
- Bitekloss/fingerbeskytter
- Saliva-substitutter
- Munnstellkort
- ROAG Observasjon munnhelse



Undervisning – fysisk og digitalt



Del 1: <https://vimeo.com/524307075/7d75374c1b>

Del 2: <https://vimeo.com/524306799/bc6ef830aa>

Del 3: <https://vimeo.com/524307604/85f37816f6>

Tannscreening

- ❖ Gjennomføring av tannscreening på de respektive avdelingene
- ❖ Utforming av prosedyrer tilpasset hver enkelt pasient
- ❖ Sette sammen munnstell boks



Praktisk gjennomføring

- ❖ Innhente samtykke fra pasient og ansatt
- ❖ Ivaretagelse av oral helse (dokumentasjon)
- ❖ Opprettholde munnstellboksene (påfyll av utstyr osv)



MUNNSTELLKORT

Daglige rutiner for: _____

Tennene skal pusses 2 x daglig.



1) Ta på plasthansker og fjern matrester.



2) Bruk en mild tannkrem.



3) Puss tennene langs tannkjøttet på utside, innside og på tyggeflater.



4) Bruk flaskekost mellom tennene.



5) Børst tungen med en myk tannbørste.



6) Fluortablett (0.25mg) suges, hel eller knust, etter hvert måltid.

Kort nr. 1:
Egne tenner

Kommentarer:



Utviklingscenter for sykehjem og hjemmetjenester
Nordland



Stenerud/Strand

MUNNSTELLKORT

Daglige rutiner for: _____

Kort nr. 5: Egne tenner og helprotese

Tennene skal pusses 2 x daglig. Protesen bør være ute om natten. Protesen skylles etter hvert måltid.



1) Ta på plasthansker. Legg fingrene på kanten av protesen og press den ut.



2) Fjern matrester.



3) Bruk en mild tannkrem.



4) Puss tennene langs tannkjøttet på utside, innside og på tyggefletter.



5) Bruk flaskekost mellom tennene.



6) Børst tungen med en myk tannbørste.



7) Fluortablett (0.25mg) suges, hel eller knust, etter hvert måltid.



7) Protesen rengjøres daglig med protesebørste og f.eks Zalo. Skyll godt.



8) Ved bruk av festemiddel, må dette fjernes før påføring av nytt. Festemiddel fjernes hver kveld.



9) Protesen oppbevares tørt når den ikke er i bruk.

Kommentarer:

Resultat

- ❖ Økt fokus på tann-/munnstell
- ❖ Lindring av munntørighet
- ❖ Økt matlyst
- ❖ Opprettelse av tannhelskontakter ved alle sykehjem I Indre Østfold kommune (overordnet prosedyre)





E-læringskurs i tann -og munnstell

<https://www.kompetansebroen.no/modul/tann-og-munnstell-i-sykepleien?o=ahus>

Del 1: <https://vimeo.com/524307075/7d75374c1b>

Del 2: <https://vimeo.com/524306799/bc6ef830aa>

Del 3: <https://vimeo.com/524307604/85f37816f6>