

Munhälsa och munvård i palliativ vård och för äldre

- Små insatser som gör skillnad

Sandra Sundqvist
Specialisttandläkare Orofacial medicin

Patientfall – skör äldre

- 85-årig kvinna i tidigt stadie av demenssjukdom
- Ingen regelbunden kontakt med tandvården
- Bor själv i egen lägenhet
- Läkare på hälsocentralen noterade risk för ohälsa i munnen samt risk för undernäring
- Folktandvården kontaktades

Person som förlorat förmågan att sköta munhygienen och som inte själv aktivt tagit kontakt med tandvården



Historiskt...

- Har tandförluster ansetts vara en naturlig följd av åldrandet
- Kunskapen om vad som orsakade tandsjukdomar var låg
- Tänder togs bort i stor utsträckning och ersattes med ”löständer”

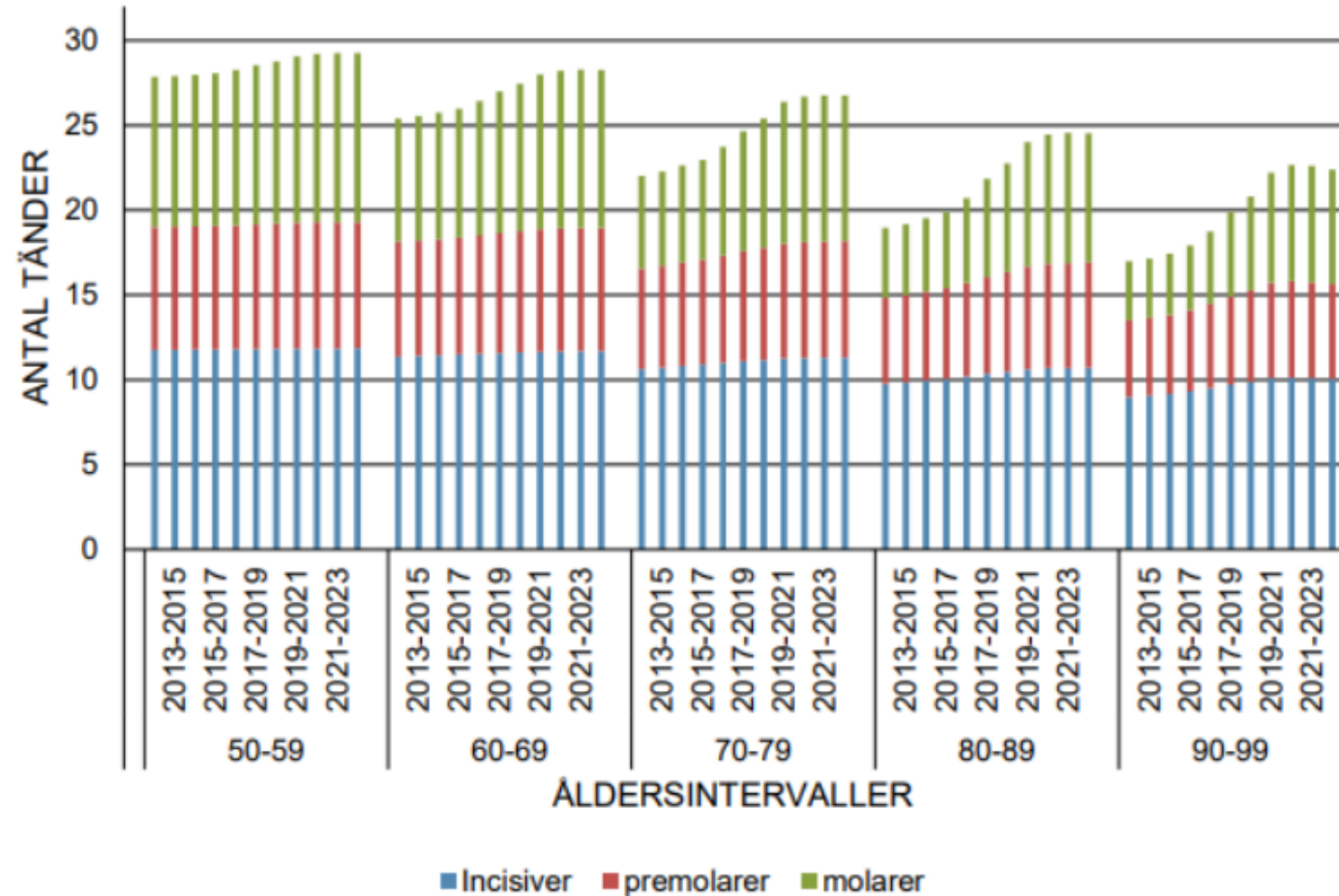


Idag...

I Socialstyrelsens lägesrapport från 2023 konstaterades:

- Andelen helt tandlösa i Sverige blir färre
- En stor andel bland äldre har 20 eller fler egna tänder
- Bland de äldsta är kvarvarande tänder ofta försvagade av omfattande restorationer

Allt fler tänder
hos äldre



WHO:s mål för funktionellt bett och god livskvalitet: 20 egna tänder vid 80 års ålder



Idag...

Så stigande ålder betyder idag inte automatiskt att man förlorar sina tänder:

- Levnadsstandarden har förbättrats och tillgången till tandvård ökat
- Förbättrad ekonomi och den svenska tandvårdsförsäkringen
- Tandvårdens behandlingsprinciper har förändrats
- Vikten av god egenvård
- (Det senaste – tiotandvården)

Förändringen har lett till att begreppet ”äldretandvård” är något man börjat prata om först nu på senare år!



- Positivt att munhälsan förbättrats och att vi behåller tänderna högre upp i åldrarna

Men....

- Åldrandet innebär att många äldre drabbas av funktionsnedsättning och sjukdomstillstånd där konsekvenserna medför en ökad risk för munsjukdomar

Vad är en god munhälsa?

WHO:s definition:

- Ett tillstånd där individen är fri från smärta, sjukdomar, sår, infektioner och tandförluster som begränsar förmågan att kunna tugga, le och tala
- En god munhälsa är nödvändig för den allmänna hälsan och livskvaliteten
- Viktigt för självkänslan



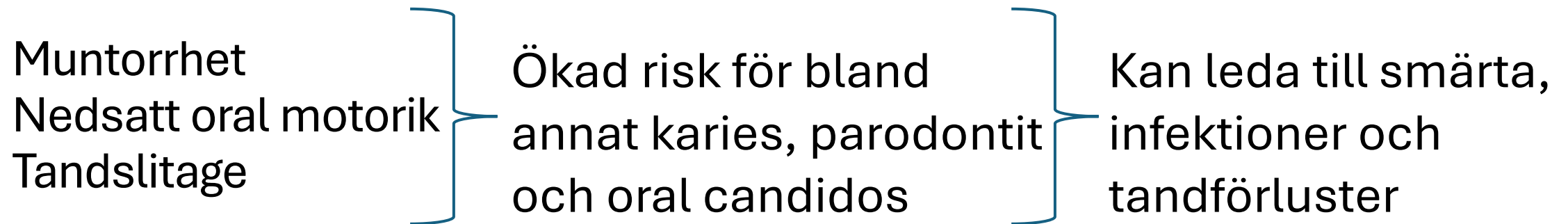
Blev visst inga
smaksensationer
idag heller...

Seså, är inte farbrorn
lite för gammal för att
bry sig om livskvalitet?



Åldersförändringar i munhålan

Få förändringar i munhålan är åldersbetingade, de flesta har sin orsak i sjukdom och medicinering



Nutrition

Tänder, saliv och tuggförmåga behövs för att kunna äta ordentligt

Dålig munhälsa kan påverka nutritionen negativt:

- smärta vid tuggning
- svårigheter att äta hård eller fiberrik mat
- ensidig kost

Detta är särskilt viktigt hos äldre eftersom risken för undernäring redan är hög



Munnen – en del av kroppen



Diabetes och parodontit – Tvåvägs-samband

Diabetes ökar risken för parodontit

- Upp till tre gånger högre risk

Risken är särskilt hög när:

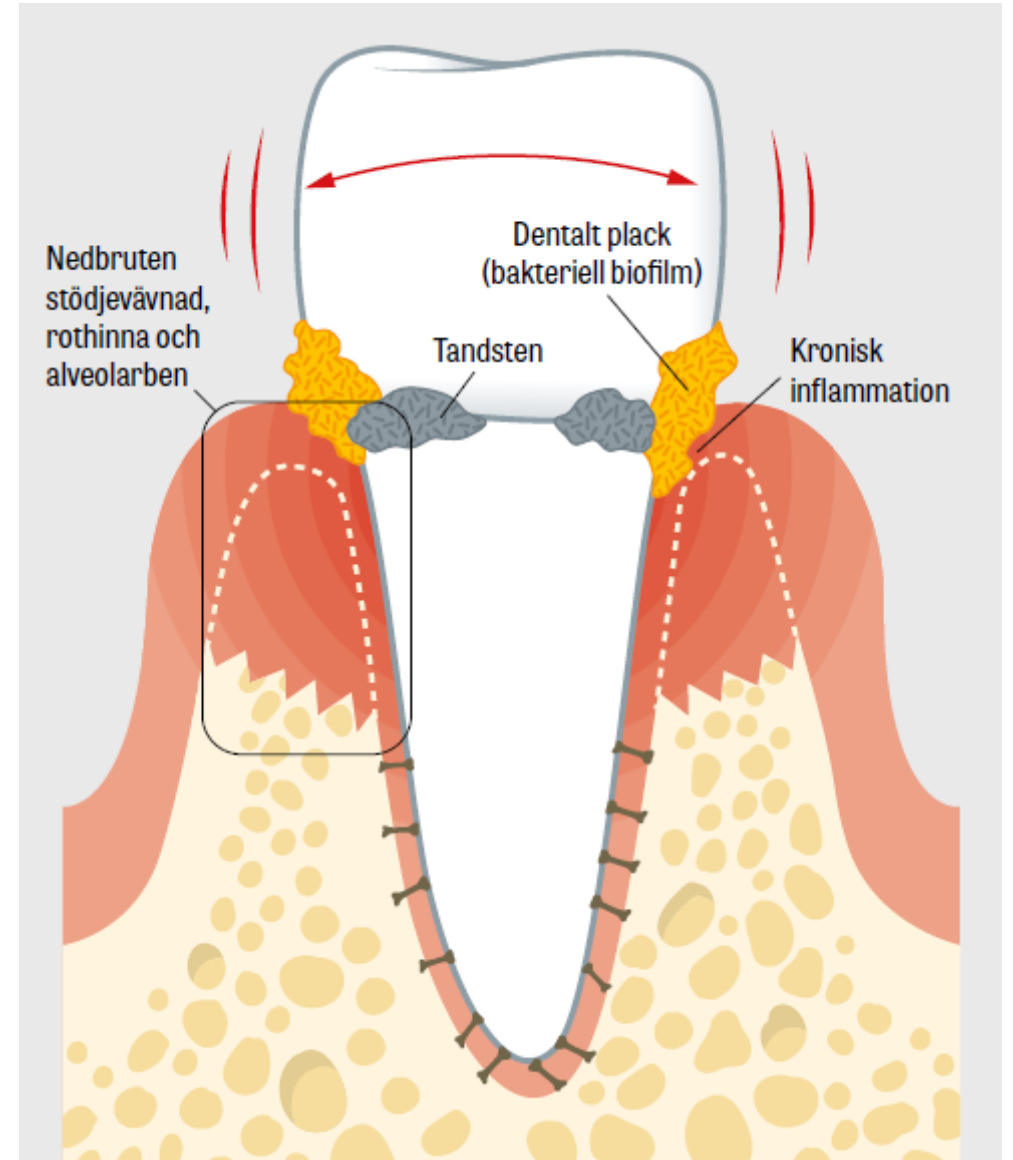
- blodsockret är dåligt kontrollerat
- sjukdomen funnits länge



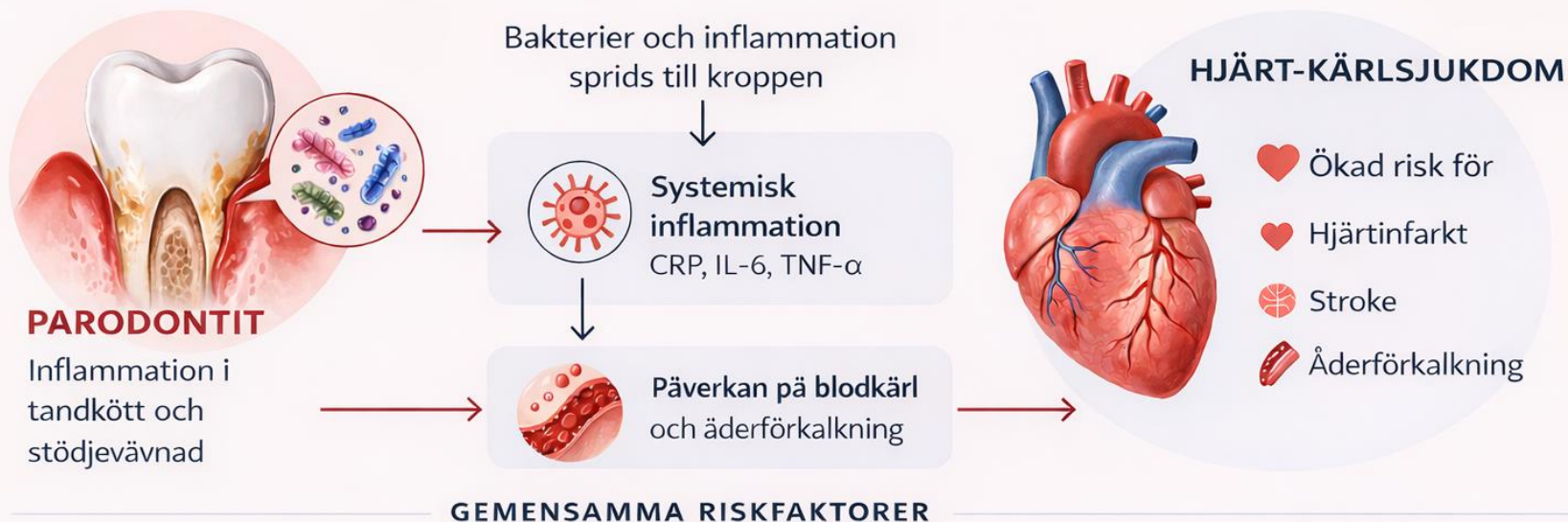
Parodontit ökar risken för diabetes

Parodontit orsakar kronisk systemisk inflammation, vilket kan:

- öka insulinresistensen
- ge högre HbA1c (långtidsblodsocker)
- Parodontal behandling sänker HbA1c



SAMBAND MELLAN **PARODONTIT** OCH **HJÄRT-KÄRLSJUKDOM**



Rökning



Diabetes



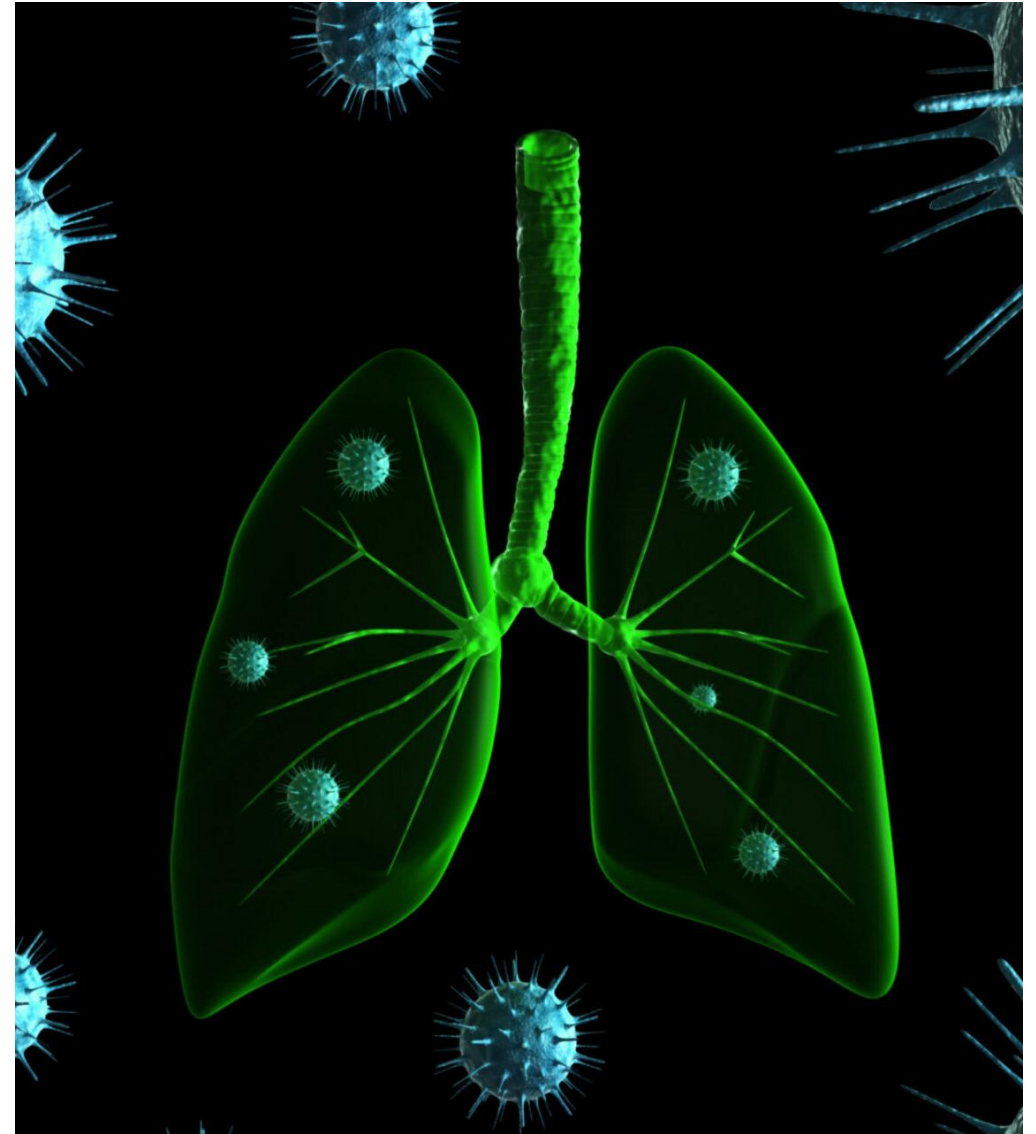
Hög ålder

Parodontit är **associerat med ökad risk** för hjärt-kärlsjukdom, men ett direkt kausalt samband är **inte fullt fastställt**.

Samband dålig munhälsa och aspirationspneumoni

Ökad risk vid bristande egenvård

God munhygien och egenvård viktigaste förebyggande faktorn!





Den äldre patienten

Oberoende äldre

- Sköter egenvården
- Vanligen god tandvårdskontakt

Sköra äldre

- Förmågan att utföra egenvården sviktar
- Munhälsan prioriteras inte som tidigare
- Avbokar ofta sina tandvårdsbesök – söker sällan vid besvär
- Extra tydligt vid utvecklandet av demenssjukdom
- Uppfyller sällan kriterierna för nödvändig tandvård

Omsorgsberoende äldre

- Ofta bristfällig munhälsa med omfattande vårdbehov
- Uppfyller kraven för nödvändig tandvård



Oberoende

Skör

Beroende



God egenvård är den enskilt viktigaste faktorn för en god munhälsa!

Kariespreventionsprogrammet för äldre

Basåtgärder

- Tandborstning med fluoridtandkräm 2 ggr/dag

Tilläggsåtgärder

- Fluoridsköljning med 0.2 % NaF eller användning av högfluoridtandkräm
- Minska högt sockerintag om möjligt
- Minska matintagsfrekvens om möjligt



Hjälpmiddel vid egenvård



Mun-H-Center

Att inspektera munnen

- Bra belysning
- Patienten liggandes
- Spatel/spegel
- Undersök systematiskt

Om muntorr - fukta och smörj innan undersökning





Att inspektera munnen

- Besvär?
- Läppar
- Insida kinder
- Tunga
- Munbotten
- Tänder och tandkött
- Eventuella proteser

Revised Oral Assessment Guide – Jönköping (ROAG-J)

Röst Ej aktuellt att bedöma 0 Normal 1 Torr, hes, smackande 2 Svårt att tala 3 Läppar Lena, ljusröda, fuktiga 1 Torra, spruckna, sår i mungiporna 2 Såriga, blödande 3 Munslemhinnor (avlägsna ev. protes) Ljusröda, fuktiga 1 Röda, torra eller området med färgförändring, beläggning 2 Sår, med eller utan blödning, blåsor 3 Tunga Ljusröd, fuktig med papiller 1 Inga papiller, röd torr, beläggning 2 Sår med eller utan blödning, blåsor 3 Tandkött Har inget tandkött, har endast munslemhinna 0 Ljusrött och fast 1 Svullet, rodnat 2 Spontan blödning 3	Tänder Har inga egna tänder 0 Rena, ingen synlig beläggning eller matrester 1 Beläggning eller matrester lokalt 2 Beläggning, matrester generellt eller trasiga tänder 3 Protes Har ingen protes 0 Ren och fungerar 1 Beläggning eller matrester 2 Används ej eller dåligt fungerande 3 Saliv Glider lätt 1 Glider trögt 2 Glider inte alls 3 Sväljning (relaterat till smärta och muntorrhet) Ej aktuellt att bedöma 0 Obehindrad sväljning 1 Obetydliga sväljproblem 2 Uttalade sväljproblem 3 Förklaring 1=frisk eller normalt tillstånd 2=måttliga förändringar/avvikelser 3=svårare förändringar/avvikelser
Summa antal 2:or:_____ (Åtgärdas på enheten) Summa antal 3:or: _____ (Remiss skickas till tandvården)	

I livets slutskede...

Att få behålla känslan av en god munhälsa är viktigt

Välskött mun ökar välbefinnande och upplevd livskvalitet

Nedsatt ork leder till att munhygien blir eftersatt

Extra viktigt hjälpa med munvård när en person inte orkar be om hjälp eller kan beskriva sina problem

Fokus på munvården; smärtlindring, fukta, smörja

Munhälsorelaterade problem i livets slutskede

- Beläggningar
- Muntorrhet (receptorerna för törst sitter i munhålan)
- Segt slem/krustabildningar
- Sår
- Svampinfektioner
- Illasittande proteser
- Trasiga och/eller vassa tänder

Muntorrhet

Några kliniska tecken:

- Torra läppar
- Matt och torr munslemhinna
- Rodnad tunga
- Munvinkelragader
- Skummig saliv

Muntorrhet



Besvär:

- Svårt att äta och svälja – påverkan på nutritionen
- Svårt att prata
- Ökad risk för karies
- Ökad risk för oral candidainfektion
- Smakförändringar
- Munsveda
- Påverkar livskvaliteten

Muntorrhet – känslig för skav



Att lindra muntorrhet

Oral candidos

Symtom:

- Sveda och brännande känsla
- Smärta vid intag av kryddad eller varm mat
- Rodnad och irritation i slemhinnan
- Smakförändringar och muntorrhetskänsla

Pseudomembranös candidos – avskrapbara vita plack

Erytematös candidos – röd form

Oral candidos

Oral candidos - behandling

- Svampodling?
- Nystimex: 3-4 ml x 4 i 4-6 v
- Daktacort/Cortimyk 2 ggr/dag i 4 v
- Optimera egenvård/medel mot muntorrhet

Kom ihåg att behandla eventuell protes och bettskena!

Om ej kan skölja – applicera med muntork

Munvård i livets slutskede

- Fukta munnen med muntork och vatten
- Smörj munhålan med gel eller spray
- Smörj läpparna
- Vid krustabildning – lös upp med slemlösande som Bisolvon på muntork
- Lokal smärtlindring: Lidokainhydroklorid 5 mg/ml i oral cleaner APL. 5-10 spray v.b.



Munvård i livets slutskede

- Borsta tänderna 1-2 ggr/dygn med mjuk tandborste och skonsam tandkräm t.ex. Zendium
- Om tandborstning inte är möjligt, torka med koksalt



Proteser

- Borsta proteser med tandborste
- Inspektera munhålan - gör rent och fukta/smörj

Om odontologiskt behandlingsbehov uppstår

- Kontakta tandvården
- Infektioner/värk behandlas med smärtstillande + antibiotika

Invasiv tandvård utförs med målet att lindra

- Avhjälpa akuta tillstånd;
 - Tillslipning av vass tand som orsakar smärta och sår i slemhinnan
 - Extraktion av tand som orsakar värk eller utgör en akut aspirationsrisk



Sammanfattningsvis- Några minuter som gör skillnad

- Inspektera munnen
- Borsta tänder eller protes
- Fukta slemhinnor
- Smörj läppar

Patientfall – Skör äldre



Tack!

sandra.sundqvist@norrbottn.se