



Omvårdnadsåtgärder munhälsa

Att få behålla känslan av en god munhälsa är viktigt för den allmänna hälsan och välbefinnandet. En god munhälsa bibehålls genom daglig munvård och inspektion, rent konkret bör fokus vara på god munhygien, fluorid samt förebygga muntorrhet. Personen kan behöva stödande åtgärder som t.ex. påminnelse att själv genomföra hela eller delar av munvården. Man kan behöva hjälp med att hitta en stabil sittställning, lägga på tandkräm på tandborsten, mellanrumsborstar och att hålla upp fluoridlösning för att kunna skölja. Det är också viktigt att uppmana och underlätta för personen att upprätthålla kontakten med tandvården för att kunna få professionell kariesförebyggande behandling eller hjälp att förebygga tandköttsinflammation. Det är viktigt för att stödja patienten för att förebygga sjukdomar i munnen. Vid frågor gällande stabil sittställning eller bättre grepp om tandborsten vänd er till arbetsterapeut och fysioterapeut.

Personer som ordinerats nutritionsstöd med extra mellanmål eller nattmål, förtjockad dryck eller konsistensanpassad kost, behöver mer frekvent munvård och utökad användning av fluoridprodukter eller tandkräm med extra högt fluoridinhåll.

Att utföra daglig munvård

Hjälpmiddel: tandborste, tandkräm, glas/mugg, skumgummitork, mellanrumsborste eller tandsticka, fuktgel, fuktspray, olja, fet kräm/salva, fluoridlösning eller fluoridgel och ficklampa.

- Var lyhörd för vad patienten vill och orkar
- Försök få ögon- och kroppskontakt, exempelvis lägg en hand på patientens axel eller kind, så denne förstår att du är där, innan du tittar i munnen eller gör munvård
- Berätta för patienten vad du planerar att göra och varför
- Om patienten sitter upprätt, stå snett bakom och ge stöd åt huvudet
- Höj sängen om patienten är liggande
- Tag varsamt ut hel- eller delproteser om det finns sådana

Att utföra daglig munvård – rengöra munhålan

- Borsta tänderna två gånger per dygn med mjuk tandborste eller eltandborste. Använd en mjuk borste med litet borsthuvud. Ett kraftigt skaft ger bäst grepp
- Använd mild eller helt smakfri fluoridtandkräm som inte skummar
- En dubbeltandborste som borstar på flera tandytor samtidigt kan användas vid behov.
- Tandborsten ska riktas mot tandköttskanten. Borsta systematiskt på tändernas utsidor, insidor och tuggytor med små gnuggande rörelser. Försök hålla ut kinder och läppar med den hand som stöder personens huvud, för att se bättre. Var försiktig när du borstar längst in i munnen där en kväljningsreflex lätt kan utlösas. Åtkomligheten blir bättre vid tandborstning på utsidan längst bak i munnen om patienten gapar mindre
- Det optimala är att man även gör rent mellan tänderna en gång dag. Rengör mellan tänderna med lämpligt hjälpmedel såsom mellanrumsborste eller tandsticka. Applicera

Dokumentägare: Merja Dömstedt
Gäller för: Sociala omsorgsförvaltningen, Vård- och äldreomsorgen/
Version: 4
Senast reviderad: 2023-10-26
Revidering av dokumentet sker kontinuerligt.



borsten eller stickan med ett lätt tryck mot tandköttet och vinkla den mot varje tand.
Tandtrådsbyglar är bra vid tätare mellanrum

- Extra fluoridtillförsel är mycket viktigt att tillföra dagligen för att förebygga karies (hål i tänderna) om patienten har egna tänder kvar. Låt patienten skölja med fluoridlösning eller smörj på fluoridgel på tänderna med tandborsten eller fingret
- Borsta eventuella proteser med vanlig tandborste eller med särskild protestandborste på alla sidor. Använd endast ljummet vatten, alternativt mild, oparfymrad tvål eller diskmedel
- Använd aldrig tandkräm på proteser
- Om patienten inte orkar gapa tillräckligt stort eller länge - använd gärna bitstöd för både patientens och din säkerhet
- För att förebygga och motverka muntorrhet smörj in slemhinnan alternativt ge salivstimulerande tablett
- Vid sår i mungipan smörj med fet kräm eller salva. Har såret inte läkt ut inom 10 dagar kan det bero på svampinfektion. Rådfråga läkare eller tandvårdspersonal

Att inspektera munhålan

- Inspektera munhålan enligt rutinen för ROAG
- Använd gärna en pennficklampa och spegel
- Arbeta strukturerat, enligt ROAG, och dokumentera iakttagelser och åtgärder i Senior Alert och i Viva
- Titta efter om det finns skador på tänder eller proteser, om det finns sår, rodnader eller beläggningar på slemhinnor eller tunga
- Undersök om det finns beläggningar på tänderna, krustabildningar, tecken på svampinfektion eller eventuella kvarliggande läkemedel i tablettform som kan orsaka frätskador

Olika typer av munvårdsprodukter

Tandkrämer

Tandkrämer som är skumfria utan färg- eller smakämnen (Finns endast apotek)

Extra fluoridtillförsel

- Tandkrämer med hög fluoridhalt
- Fluoridskölj 0,2%

Dubbeltandborstar

- Superbrush
- CollisCurve

Mellanrumsrengöring

- Mellanrumsborstar
- Mellanrumsstickor

Bitstöd

Finns att beställa. Sök Proxident bitstöd på Internet så kommer det fram förslag vart det går att få tag i bitstöd.



Muntorrhet

Det finns olika produkter i form av gel, spray eller sugtabletter. Det finns även smörjande fluoridskölj om behov av det finns.