

Munvård | Rutiner för att bibehålla en god munhälsa



- Smörj läppar med fet kräm
- Inspektera med lampa och spegel enligt ROAG.
- Smärtlindra vid behov.
- Borsta tänderna med fluortandkräm 2 ggr/dag
- Rengör mellan tänderna
- Rengör slemhinnorna med skumgummitork alternativt låt vårdtagaren skölja med vatten.
- Återfukta med smörjande medel, spray eller gel.

Bas för munvård

Tandborstning på vårdtagare sker lättast om personen sitter på en stol. Den som ska borsta står snett bakom personen och stöder dennes huvud mot sin kropp, med den arm och hand som inte håller i tandborsten.

- Borsta tänderna systematiskt på tändernas utsidor, insidor och tuggytor.
- Försök hålla ut kinder och läppar med den hand som stöder patientens huvud, för att se bättre.
- Var försiktig när du borstar längst in i munnen där en kväljningsreflex lätt kan utlösas.
- Det blir lättare att komma åt att borsta tändernas utsida, längst bak i munnen, om patienten stänger munnen något.
- Använd en mellanrumsborste som är anpassad efter storleken på mellanrummen mellan patientens tänder.





- Smörj läppar med fet kräm, till exempel Idomin eller Abena läppbalsam.
- Vid sår på läpparna, smärtlindra med Lidocainsalva 5%.
- Sår i mungiporna kan infekteras av svamp eller bakterier. Första åtgärd, smörj med kräm.

Vid utebliven läkning rådfråga läkare/tandvård.



- Smärtlindra genom att patienten sköljer, eller bada med skumgummitork.
- Lidocainhydroklorid i Oral cleaner 5 mg/ml 300 ml. Smärtlindrar rengör och återfuktar, särskilt bra för cancerpatienter, ej stark smak och svider inte. Varunummer 326850
- Lidokainsalva APL 5%. Smörj där smärtlindring önskas. Varunummer 340943



Smärtlindring munslimhinnan

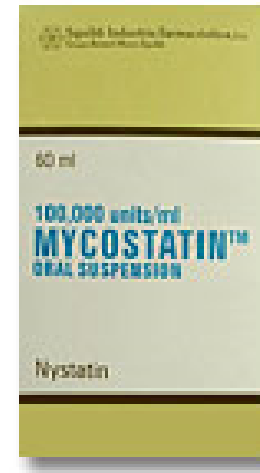
På en svårt sjuk person som andas med öppen mun kan man finna intorkat slem på tunga, gom eller svalg. Viktigt med åtgärd flera gånger per dag.

- Droppa Proxident Oral rengöring på en skumgummitork och badda växelvis med vatten och slemlösande på krustan, så att den löses upp och går att avlägsna.
- Alternativt låt patienten skölja med lösningen ca 1 minut.
- Ibland kan man även behöva muntops eller peang för att få bort krustan.
- Avsluta alltid med att återfukta med fuktgel eller smörjande olja.



Vid diagnostiserad svampinfektion:

- Noggrann rengöring av tänder och munslemhinnor.
- Behandling mot infektionen med mixtur Nystatin 100.000 IU/ml, 2ml 4 ggr dagligen i minst 4 veckor. Tex Mycostatin, Nystimex.
- Systemisk behandling kan behövas om det är svårt att fullfölja ordinationen.
- Om patienten bär protes är det viktigt att behandla protesens med klorhexidin.
- Lägg protesens i Paroex 0,12% CHX 15 minuter tre gånger/dag samt låt protesens ligga i lösningen under natten.



Svampinfektion



- Vid tjock beläggning, borsta tungan med tandborste.
- Vid torr, svidande tunga fukta tungan med vatten och använd en smörjande munspray/fuktgel
- Vid sår, munsveda eller vita beläggningar kontakta alltid läkare/tandläkare.





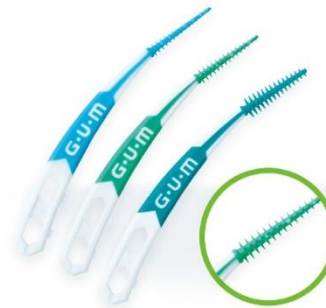
- Använd tandkrämer utan natriumlaurylsulfat, t ex Zendium. De svider och löddrar inte vilket även minskar risken för aspiration.
- Tandkrämer utan natriumlaurylsulfat kan kombineras med klorhexidin.

- Munskölj med klorhexidin är bakteriehämmande. Flux Pro innehåller dessutom Natriumfluorid 0,2%.
- Borsten Special care används vid mycket skör slemhinna.



Eftersom tandborsten inte når in mellan tänderna ligger bakterierna kvar där. Därför är det viktigt att med andra hjälpmedel göra rent mellan dem.

- Rengör 1 gång per dag mellan tänderna.
- Mellanrumsborstar rengör effektivt mellan tänderna.
- Pressa lätt mot tandköttet och vinkla mot varje tand, upprepa 10 gånger i varje mellanrum.
- Tandtrådsbyglar är bra vid tätare mellanrum t ex Plackers. Ett annat alternativ är GUM softpicks eller TePe Easypick.



Rengöring mellan tänderna



- Borsta både på tänderna och vid skruvarna nära tandköttsskanten
- Rengör med mellanrumsborste på var sida av skruvarna.
- Vid inflammation bör patienten även skölja med eller få hjälp med att bada med klorhexidinlösning på skumgummitork.



Rengöring implantat

- Tag ur proteserna
- Borsta proteserna med protesborste och parfymfri tvål, ingen tandkräm på proteserna.
- Vid delprotes, glöm inte att borsta kvarvarande tänder!
- Rengör i munnen med skumgummitork och fukta innan proteserna sätts tillbaka.
- Det finns rengöringstabletter som proteserna kan läggas i, till exempel Coregatabletter.
- Det finns även kräm som läggs i proteserna för att tillfälligt få dem att sitta bättre, till exempel Corega.



Rengöring tandproteser

- Om patienten inte gapar när munvård ska utföras kan det underlätta med ett bitstöd att sätta på fingret. För att få lite större gap, vrider man på fingret.



- Om det är svårt att komma åt att se och rengöra på patient kan man använda munvinkelhållare. Sätt in munvinkelhållaren med breda sidan innanför läpparna men utanför tänderna på en sida i taget.

Om patienten inte gapar

SB12 mild kan vara användbar inom palliativ vård antingen genom sköljning eller att tvätta med skumgummitork.



Bakterier i munnen kan orsaka svavelbildningar som i sin tur ger dålig andedräkt, andra orsaker kan vara:

- Dåligt munstatus
- Bristande munhygien
- Olika livsmedel
- Rökning och snusning
- Muntorrhet
- Sjukdomar och läkemedel



Dålig andedräkt

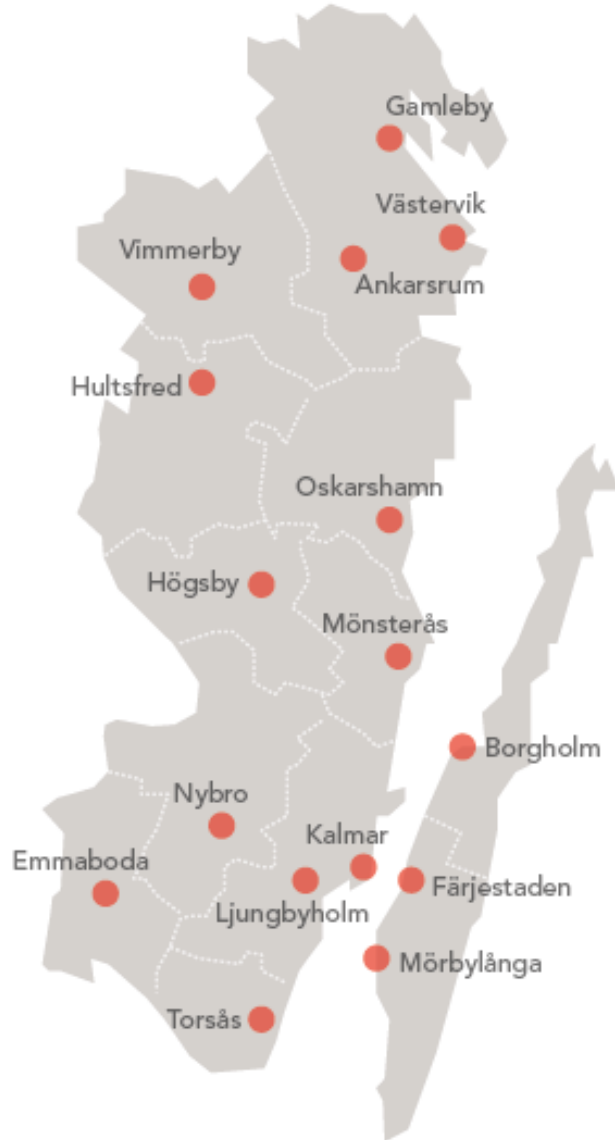
- Fukta först med vatten antingen genom sköljning eller med skumgummitork.
- Återfukta med något av preparaten i munnen, gommen, insidan av kinder, tungan och läppar.
- Om patientens har sänkt medvetande sänkt eller är inaktiv använd fukt/smörjande spray eller olja, annars används det som känns bäst för patienten.





- För att förhindra karies och bibehålla ett gott munstatus kan man skölja/badda med fluoridlösning t.ex. Dentan 0,2%.
- Vid sköljning, skölj med 10ml under 1 minut.
- Om patienten inte kan skölja gnuggas insidan av kinderna med muntork doppad i fluoridlösningen, 20 sek per sida.

Fluoridsköljning



Vid frågor angående munvård kontakta din närmaste tandvårdsklinik.

Var finns tandvården?



Tillsammans
för ett **friskare**
tryggare och
rikare liv