



**Zahn- und Mundpflege bei Senioren und
Menschen mit Behinderungen
Tipps für pflegende Angehörige und Betreuer**

Warum gilt „Gesund beginnt im Mund“?

Die Zahngesundheit hat einen wesentlichen Einfluss auf den allgemeinen Gesundheitszustand, unter anderem weil eine ausgewogene und ausreichende Ernährung eine Voraussetzung dafür ist, dass Unterernährung und Mangel an Vitaminen und Mineralien vermieden werden. Wer ein desolates Gebiss hat, kann nicht oder nur eingeschränkt mit anderen kommunizieren. Aber jeder Mensch, gleich welchen Alters, braucht für sein psychisches Gleichgewicht den Austausch mit anderen Menschen. Fehlt dieser, werden Vereinsamung und Depression gefördert. Wer depressiv und antriebslos ist, wird anfälliger gegenüber Erkrankungen.

Senioren und Menschen mit Behinderungen sind oftmals nicht mehr in der Lage einen Zahnarzt aufzusuchen, um prophylaktische und therapeutische Maßnahmen in Anspruch zu nehmen.

Aus den genannten Gründen ist die Zahn- und Mundpflege gerade im Alter besonders wichtig.

Ziele der Zahn- und Mundpflege:

- Verbesserung des Wohlbefindens
- Vermeidung von Erkrankungen in der Mundhöhle
- Steigerung der Lebensqualität
- Erhaltung der Kaufähigkeit
- Erhaltung der Kommunikationsfähigkeit



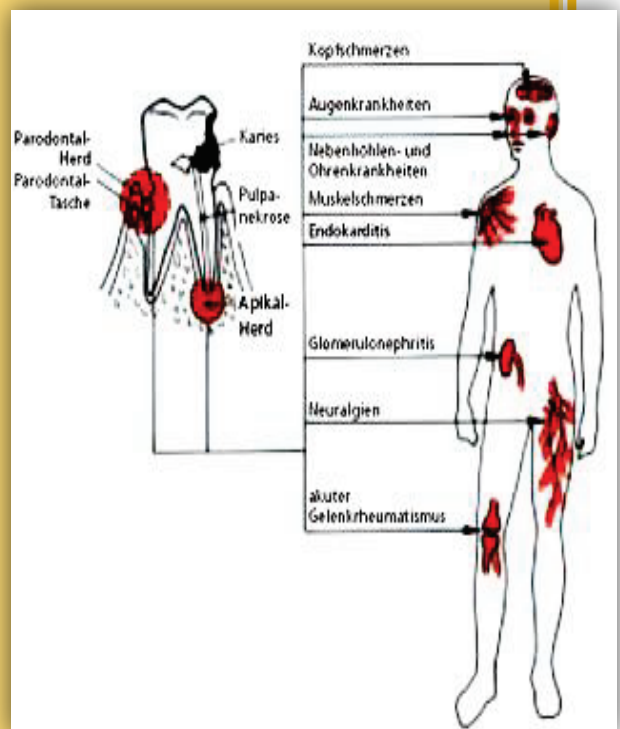
Laut vierter deutscher **Mundgesundheitsstudie** (DMS IV) haben bei den 65-74 Jährigen:

- ✓ 22,6 % keine Zähne mehr
- ✓ 77,4 % im Durchschnitt noch 17,8 Zähne
- ✓ 88 % einen Behandlungsbedarf nach dem Parodontalen Screening-Index
- ✓ 2,6 % eine Implantatversorgung

Werden Zähne und Zahnersatz nicht regelmäßig gereinigt und auf Funktionalität kontrolliert, kann es zu schwerwiegenden Folgen kommen.

An verbliebenen und künstlichen Zähnen, Kunststoff- und auch Metallteilen von Prothesen lagert sich ein schmieriger und infektiöser Zahnbelag (Plaque) ab. Bakterien vermehren sich, es kommt zu einem Ungleichgewicht des sonst neutralen Mundmilieus. Karies und Zahnbett-erkrankungen, wie Gingivitis und Parodontitis, sowie Entzündungen der gesamten Mundschleimhaut, können entstehen.

Werden diese Erkrankungen nicht behandelt, können sich chronische Infektionen an der Wurzelspitze entwickeln oder in den Zahnfleisch-taschen. Diese gelangen über den Blutkreislauf in verschiedene Organe des Körpers, wie zum Beispiel Herz, Niere oder Gelenke. Als Folge können Krankheiten, wie Endokarditis, Gelenk Rheumatitis, Glomerulo-Nephritis, Lungenerkrankungen oder Infektionen an Augen, Gelenken, Herz, Nasennebenhöhlen, Magen und Darm , auftreten.



(Nach einem Schema von Zyma-Novartis AG, Nyon)

Welchen Zahnersatz gibt es?

Krone

- ✓ Ursprüngliche Form und Stabilität eines Zahnes wird wiederhergestellt.

Brücke

- ✓ Ersatz von einem oder mehreren fehlenden Zähnen.

Die Teilprothese

- ✓ Dient der Wiederherstellung der Funktion des bereits ausgeprägt geschädigten Lückengebisses, z.B. Modellgussprothese für den Unterkiefer, Modellgussprothese für den Oberkiefer, Riegelarbeit für den Oberkiefer einseitig.



Die Vollprothese

- ✓ Die kaufunktionelle und ästhetische Versorgung eines zahnlosen Menschen wird mit der Vollprothese wieder hergestellt.
- ✓ Besteht aus einem speziellen zahnfleischfarbenen Kunststoff als Basis, an der Kunststoffzähne aufgereiht werden.



Wie funktioniert die Zahnputztechnik?

Rot- Weiß- Methode (modifizierte KAI- Methode)

Täglich mindestens zweimal Zähne putzen!

(nach dem Frühstück und vor dem Schlafengehen)

Mit einer Handzahnbürste oder einer elektrischen Zahnbürste

1. Reinigung der Kauflächen durch horizontale Bewegungen
2. Abrollende Bewegungen an den Außenflächen
3. Abziehende Bewegungen an den Innenflächen



Wann und wie erfolgt die Prothesenreinigung?

Nach jeder Mahlzeit

- ✓ Sie spülen die Prothese unter fließendem Wasser ab, um die Speisereste zu entfernen.
- ✓ Füllen Sie das Waschbecken mit Wasser oder legen Sie ein Handtuch hinein, um einen Prothesenbruch zu verhindern bei Fallenlassen.

Täglich

- ✓ Reinigen Sie die Innen- und Außenseite der Prothese sowie die Gaumenfläche gründlich mit einer speziellen Prothesenbürste.
- ✓ Immer das Zahnfleisch mit einer weichen Zahnbürste reinigen und massieren, da die natürliche Selbstreinigung durch Speichel und Zunge durch das Tragen der Prothese behindert wird.

Nachts

- ✓ Bewahren Sie den Zahnersatz nach der gründlichen Reinigung in einem mit Wasser gefüllten Glas auf.



Welche Hilfsmittel gibt es für Zahn- und Mundpflege?

Die Zahnbürste

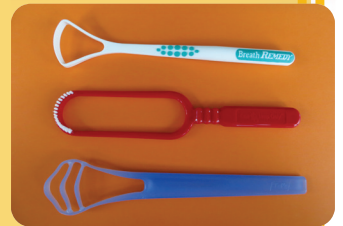
- ✓ Sie sollte einen rutschfesten Griff, weiche Kunststoffborsten und ein kurzes, nach vorn abgerundetes Borstenfeld haben. Empfehlen Sie einen angepassten Zahnbürstengriff bei älteren Menschen mit eingeschränkter Handbeweglichkeit.

➡ alle 3 Monate eine neue Zahnbürste



Die Prothesenzahnbürste

- ✓ Damit sorgen Sie für die Entfernung von Essensresten und Verfärbungen an schwererreichbaren Stellen an der Prothese.



Die Zungenbürste

- ✓ Sie wird zur Reinigung der Zungenoberfläche benutzt sowie zur Vorbeugung von schlechtem Geschmack und Mundgeruch.



Interdentalbürstchen und Zahnseide

- ✓ Mit der Zahnbürste allein entfernen Sie nur 60 % der Beläge.

Die Zahnpasta

- ✓ Löst Zahnbeläge und poliert die Zahnoberfläche.
- ✓ Verwenden Sie 2 x täglich fluoridhaltige (0,1 -1,25 %) Zahnpasta zum Schutz vor Karies

➡ eine Kariesverminderung von 20 % kann so erreicht werden

Die Mundspüllösung

- ✓ in Ergänzung zum Zähneputzen
- ✓ soll fluoridhaltig und antiseptisch sein

➡ bekämpft die für Karies und Zahnfleischerkrankungen verantwortlichen Keime

➡ die Inhaltsstoffe können entzündungshemmend sein, aber keine Entzündungen heilen

Fluorid

- ✓ ist enthalten in fluoridierter Zahnpasta, in Speisesalzen, Fluoridgel oder Lack, Fluoridmundspüllösungen zum Schutz vor Bakterien und Säuren
- ✓ Verwenden Sie Zusätze 1 x wöchentlich bzw. nach Verordnung

Mundhygiene in der Pflege – welche Fälle gibt es?

Senioren putzen selbst

Korrigieren Sie, wenn Sie sehen, dass nicht oder ungenügend geputzt wird. Geben Sie Hilfestellungen und erinnern Sie an die tägliche Mundhygiene!

Senioren können nicht selbst putzen

Umschließen Sie Kopf und Unterkiefer mit einem Arm. Zur Mundöffnung kann Ihnen ein gerolltes Tuch dienen. Verwenden Sie Hilfsmittel und vergessen Sie die Zunge nicht! Die Mundschleimhaut sollte feucht gehalten werden.



Was steckt hinter Mundtrockenheit – Xerostomie?

Wenn,

die Speichelmenge weniger als 0,1 ml/min Karies unstimuliert und weniger als 0,5 ml/min stimuliert beträgt.

Ursachen

Allgemeiner Flüssigkeitsverlust
Neurologische Erkrankungen
Bestrahlungen
Medikamenteneinnahme
Autoimmunerkrankungen

Folgen

Prothesenprobleme
Gingivitis, Stomatitis, Candidiasis
Mundbrennen und Mundgeruch

Therapie

Tägliche Trinkmenge anlegen
Lebensmittel mit hohem Wasseranteil
Sehr gute Mundhygiene
Zahnfreundliche Bonbons

Kennen Sie unsere Modellprojekte?

An dem Modellprojekt „Altern mit Biss“ von 06/2003 - 06/2006 war eine Arbeitsgruppe von Zahnärzten, Pflegefachkräften und Mitarbeitern der Zahnärztekammer des Landes Sachsen-Anhalt beteiligt. Ziel war die Verbesserung der Zahn- und Mundgesundheit von Heimbewohnern. Das erforderliche Grundwissen für Zahn-, Mund- und Prothesenpflege wurde den Mitarbeitern des Heimes in 18 Kurseinheiten von je 45 Minuten vermittelt. Die Abschlussuntersuchung ergab eine Verbesserung des Mundhygienestatus bei fast 40 Prozent der Bewohner, bei weiteren 50 Prozent konnte ein guter bzw. zufriedenstellender Zustand erreicht werden.

Als Ergebnis des Projektes wurde festgestellt, dass eine regelmäßige Zahn- und Mundhygiene durch geschultes Pflegepersonal und eine präventive zahnmedizinische Betreuung durch einen Patenschaftszahnarzt für die Mundgesundheit der Bewohner von Altenpflegeheimen von großer Bedeutung ist und damit auch die Allgemeingesundheit gefördert wird.

Das neue Projekt „AzuBiss“, das zur Landesgesundheitskonferenz 2013 als Modellprojekt der Gesundheitsziele des Landes Sachsen-Anhalt berufen wurde, soll nun zwei Berufsgruppen zusammenbringen, die eng mit der Zahn- und Mundgesundheit älterer Menschen verbunden sind – die AltenpflegerInnen und die Zahnmedizinischen Fachangestellten und das schon in der Ausbildung. Beide Ausbildungsrichtungen sollen in Theorie und Praxis zusammenarbeiten und sich zum Wohle der Bewohner von Altenpflegeeinrichtungen ergänzen.



Bei Fragen stehen wir Ihnen gern zur Verfügung:
Zahnärztekammer Sachsen-Anhalt
Große Diesdorfer Straße 162
39110 Magdeburg
Tel. 0391/7 39 39-0
info@zahnaerztkammer-sah.de