



Mundpleje

for patienter med mundtørhed



REGION NORDJYLLAND

Hvad er mundtørhed?

Mundtørhed er en fornemmelse af tørhed i munden, som ikke altid skyldes nedsat spyttproduktion.

Den vigtigste naturlige beskyttelse mod mundtørhed og huller i tænderne (karies) er spyt. Mundtørhed giver derfor en øget risiko for tandskader.

Slimhinderne bliver rensed og smurt af spyttet. Når spytmængden reduceres, kan der forekomme sår. Der kan også let opstå svamp i mundslimhinden.

Skaderne kan forebygges og generne reduceres ved:

- Grundig renholdelse
- Ekstra fluor tilskud
- Regelmæssige måltider og væskeindtag
- Begrænsning af sukkerholdige mellemmåltider

Spytproduktionen kan stimuleres ved at sutte sukkerfrie bolsjer / pastiller eller tygge sukkerfrit tyggegummi.

Ved mundtørhed kan syrlige drops, friske ananasstykker eller knust is hjælpe. For at undgå karies (huller i tænderne) kan man tygge tyggegummi med fluor (Fluorette) eller blot lade tyggegummiet ligge i munden, hvor fluoren så afgives.

Mundpleje:

Meget grundig mundpleje mindst 4 gange i døgnet.

Er munden ekstra sårbar og øm, er det vigtigt, at munden rengøres meget varsomt.

Brintoverilte og glycerol bruges efter behov, ligeledes vand, isterninger og friske ananasstykker.

Infektioner:

Regelmæssig tandbørstning er den bedste forebyggelse mod infektioner. Evt. infektion behandles ved læge eller tandlæge.

Mundplejesættet er udviklet for at afhjælpe mundtørhed og består af:

Tandbørste: (lille og blød)

- Tandbørsten er god til at rengøre både tænder og tunge
- Tandbørsten er meget blød med et lille hoved, hvilket giver en yderst skånsom børstning og gør det lettere at komme til, langt bag i munden

Zendium

- Tandpasta med fluor er valgt, fordi den ikke indeholder sæbestoffer. Sæbestof, som findes i andre tandpastaer, kan irritere, tørre og skade sårbare slimhinder.

Blistex: (blå)

- En læbecreme, som er meget let at smøre på, og som giver den nødvendige pleje til tørre læber

Hydrogenperoxid (3%): Brintoverilte, flaske 100 ml

- Renser slimhinder og løsner slim. Kan bruges til mundskylning/gurgling i forbindelse med tandbørstning og ved behov for slimløsning. Patienter, som ikke kan gurgle eller selv skylle munden, kan benytte samme blanding, men midlet påføres her med en blød svamp eller blød kompres
- Brugsanvisning: 1 teske (5 ml) i $\frac{3}{4}$ - 1 glas vand

Glycerol (85%): Flaske 100 ml

- Virker smørende og formindsker udtørring
- Til mundskylning / gurgling ved mundpleje efter børstning og rensning samt ved behov for fugtning. Kan patienten ikke gurgle eller skylle selv, kan det påføres med en blød kompres eller en lille skumgummisvamp på pind. Man kan med fordel komme 1 – 2 dråber citron i blandingen, så den smager mere frisk. (Glycerol smager ikke grimt og er ikke ubehagelig at få i munden).
- Brugsanvisning: 1 del glycerol til del vand

NB.: Husk at lade vandet løbe i nogen tid før ovenstående blandes med vand, dette af hensyn til eventuelle bakterier i vandet.

Xerodent sugetablet

- Virker spytstimulerende. Indeholder også fluor, som er nødvendig for at forebygge karies hos patienter med mundtørhed.

Indholdet til mundplejesættet kan købes i håndkøb på apoteket.

Yderligere oplysninger kan fås ved henvendelse til:

Palliationssygeplejerskerne i Region Nordjylland

Det Palliative Team, Aalborg 96311130

Det Palliative Team, Thisted 97650000

Det Palliative Team, Sygehus Himmerland 97653000

Den Palliative Enhed, Sygehus Vendsyssel 97640000

Pjecen er udarbejdet af:

Inger Tversted, Farmakonom

Lisbeth Byskov, Sygeplejerske

Lone Toft, Palliationssygeplejerske

Poul Therkildsen, 1. Reservelæge

Kirsten Haaber, Psykoterapeut og Projektansvarlig 2005

Pjecen er revideret af:

Palliationssygeplejerskerne i Region Nordjylland 2013

Mundplejesættet er udviklet af Smerteklinikken i samarbejde med Kjevekirurgisk poliklinik, Haukeland Sykehus, Bergen, Norge, 1989