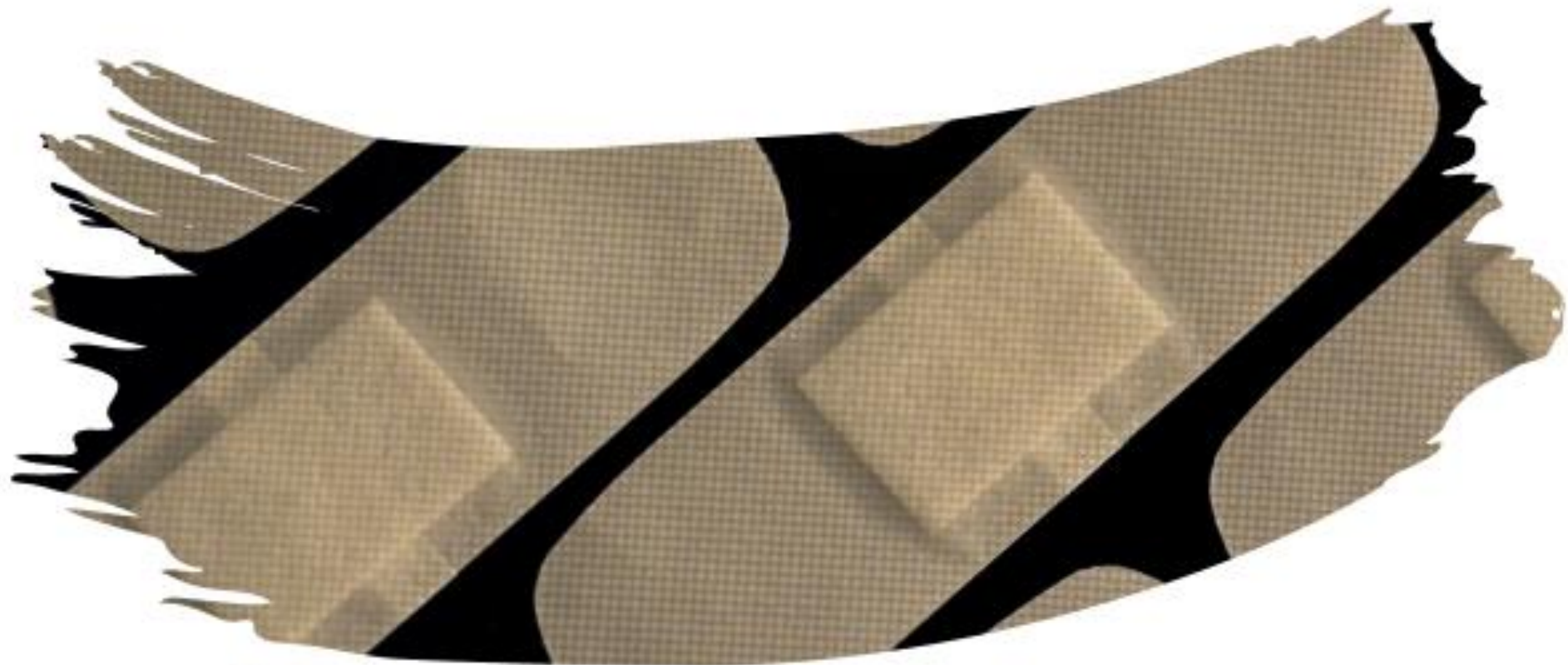
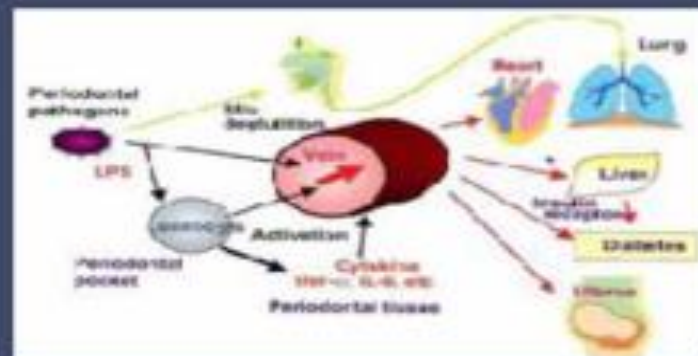




IKÄIHMISEN SUUN TERVEYS JA HOITO

SUUN TERVEYDELLÄ ON TÄRKEÄ MERKITYS

- ikääntyneiden yleisveterveydelle
- ikääntyneiden elämänlaadulle



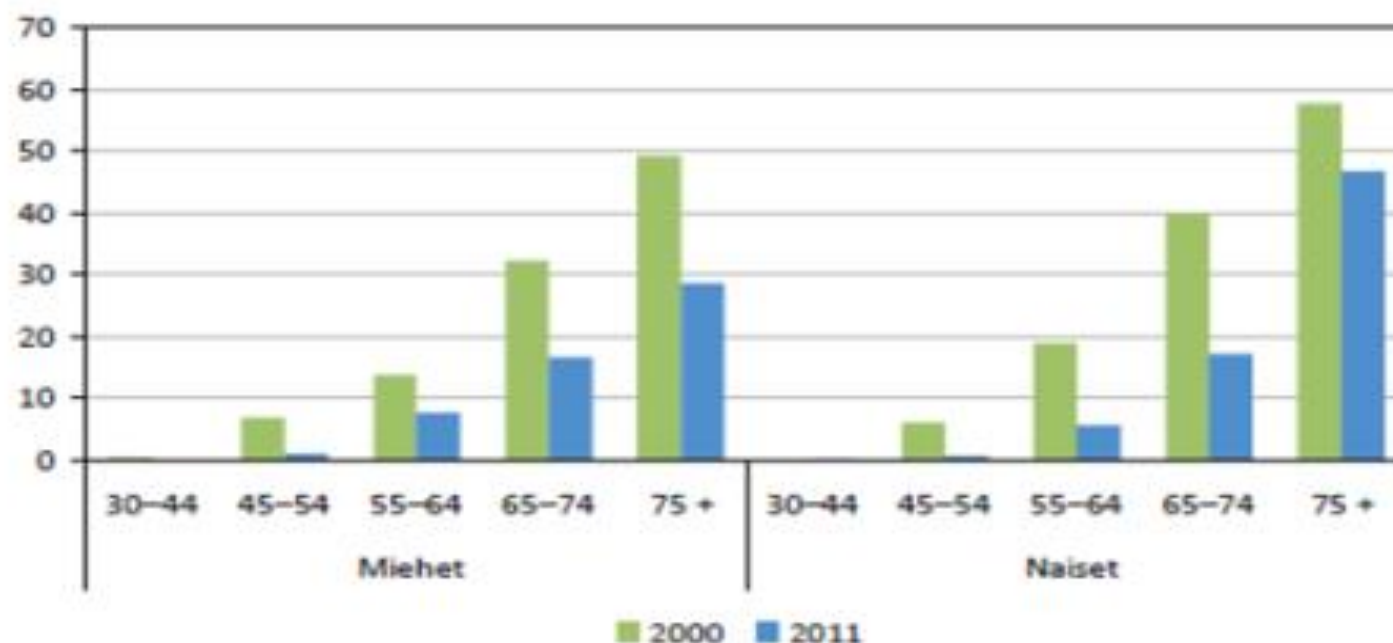
IKÄÄNTYNEET OVAT ERILAISIA



Väestön ikääntyminen – haaste myös suun terveydenhuollolle

Hampaallisten vanhusten määrä lisääntyy

Fluorihammastahnan käyttö, hammashoidon saatavuus, omien hampaiden arvostus → omat hampaat suussa pidempään kuin ennen



Hampaattomien lukumäärä Suomessa



Käypä hoito –suositus:

Jos potilas ei itse kykene huolehtimaan suuhygieniastaan, läheisten tai hoitohenkilöstön on päivittäin harjattava hänen hampaansa sähköhammasharjaa ja fluorihammastahnaa käyttäen. Myös proteesit tai muut irrotettavat rakenteet on puhdistettava päivittäin.



Karieksen hallinta hoivapalveluissa ja laitoshoidossa

- Ehkäisevän hammashoidon keinojen hyödyntäminen hoivapalveluiden ja laitoshoidon asukkailla on erityisen tärkeää, koska useimmilla huonontunut toimintakyky ja oma-aloitteisuus sekä muistisairaudet rajoittavat omahoidon lisäksi korjaavan hoidon mahdollisuuksia **2**, **4**, **5**.
- Iäkkäiden päivittäisestä suuhygieniasta huolehtiminen on lähes kokonaan läheisten ja hoivapalvelujen henkilökunnan vastuulla. Noin 80 % ympärivuorokautisen hoivan asukkaista tarvitsee apua päivittäiseen suuhygieniaansa **38**, **3**.
- Hammaslääkäreiden ja muun suun terveydenhuollon henkilökunnan tehtävä on ohjeistaa ja opastaa hoitohenkilökuntaa päivittäiseen suuhygieniasta huolehtimiseen **38**.
- Säännöllisten yksilöllisen tarpeen mukaan suunniteltujen suun terveystarkastusten toteutumisesta huolehditaan myös hoivapalvelujen piirissä olevilla **38**.
- Toimivia suun hoidon hoitoketjuja voidaan ylläpitää esimerkiksi hoivapalveluiden oman suuhygienistin tai suunhoidosta vastaavaksi koulutetun hoivapalveluiden lähi- tai sairaanhoitajan avulla. Nämä suun hoidosta vastuussa olevat henkilöt puolestaan kouluttavat muuta hoivapalvelujen henkilökuntaa suun hoidon toteuttamisessa **68**, **103**.

Miksi osalla vanhuksista suun kunto romahtaa täysin?

- Motoriikka, näkö ja muisti heikkenevät -> omahoito ei onnistu
- Sairaudet kasaantuvat
- Potilas ei jaksakaan eikä muista enää käydä hammaslääkärin / suuhygienistin vastaanotolla
- Ongelman syihin ei puututa ajoissa
- Ennaltaehkäisevää hoitoa ei toteuteta ajoissa

75-vuotias mies, jolla
15 kk:ssa suun terveys romahtanut



Vähän kaikkea

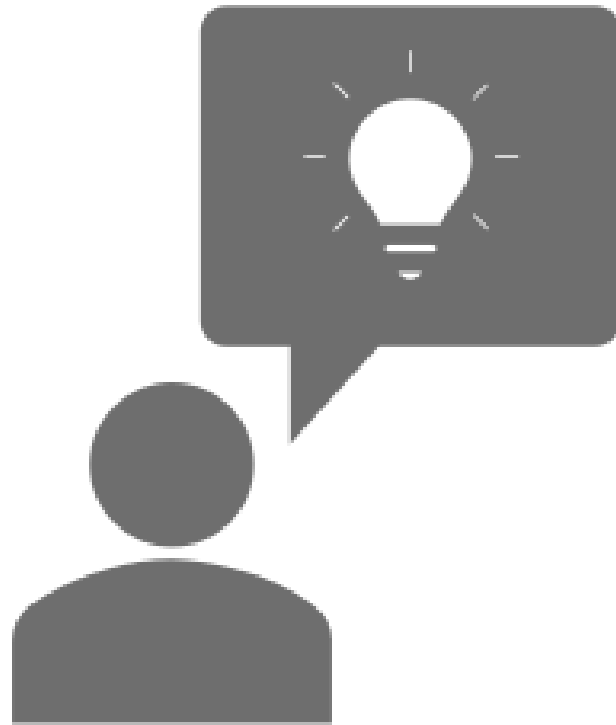


"Hampaaton"



”Jotain” suulaessa





Miksi säännöllistä hoitoa tarvitsevan iäkkään suu on huonossa jamassa?

- Asenne?
- Tietämättömyys?
- Eettinen asia?
- Johdon tuki?
- Välinpitämättömyys?
- Voiko kaiken selittää kiire?
- Arvostus?

Suun ja hampaan kiinnityskudoksen sairauden merkitys ikääntyneellä

- Parodontaali-infektiot ja hampaiden menetys lyhentävät elinikää ja heikentävät elämänlaatua

Esim. ennustaa sydän- ja aivoinfarktia

- Vähäinen hampaiden määrä vaikuttaa nielemiseen ja pureskeluun -> johtaa yksipuoliseen ravintoon
- Hampaattomuus voi olla sosiaalinen ongelma myös ikääntyneillä
- Parodontiitti on yhteydessä yleissairauksiin

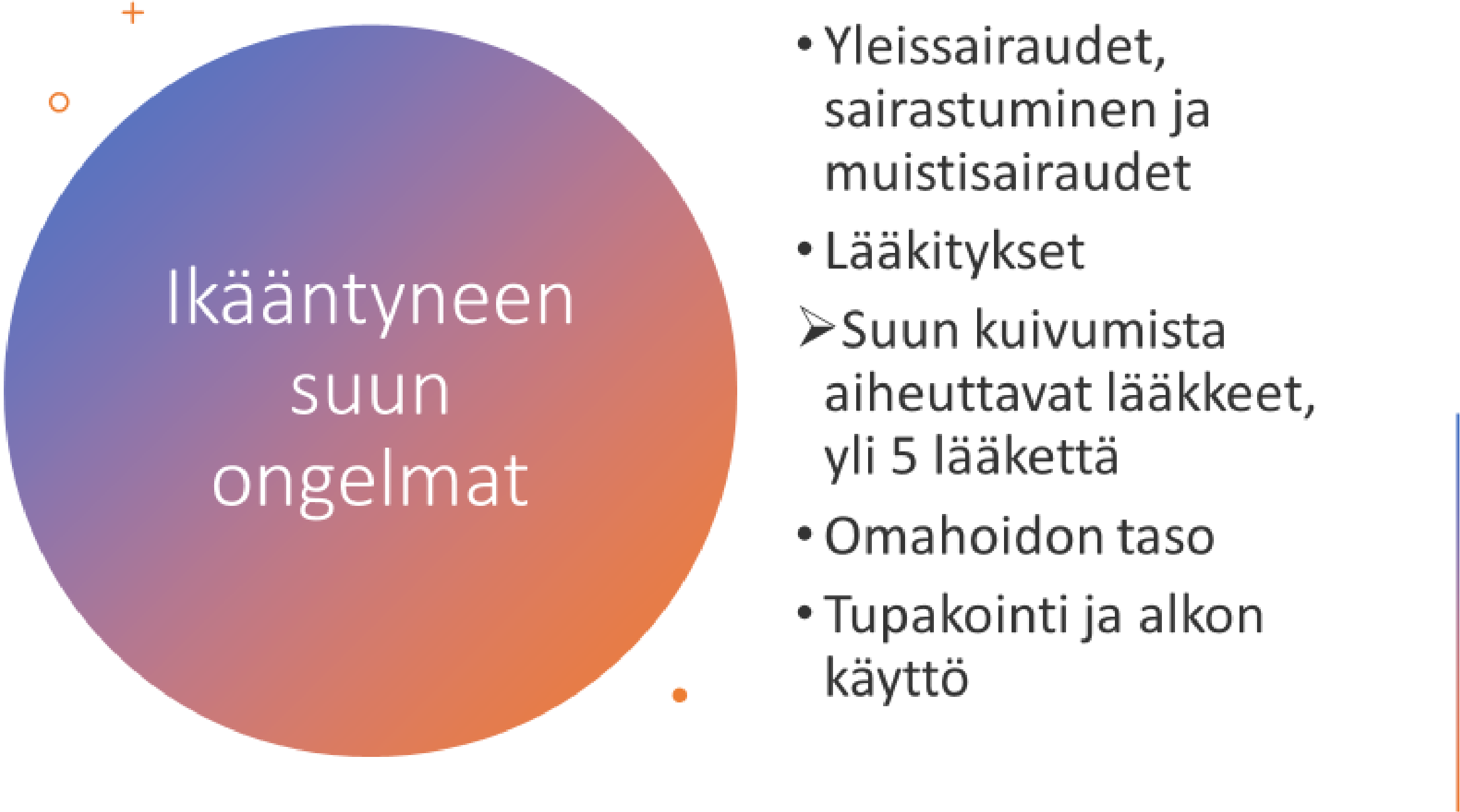
Merkitys korostuu ikääntyneillä

Parodontiittiin liittyvä matala-asteinen tulehdus on yhteydessä vakaviin, kroonisiin yleissairauksiin

- Diabetes, sydän- ja verisuonitaudit, astma, keuhkohtaumatauti, keuhkokuume, nivelreuma, Alzheimerin tauti
- Parodontiitin hoito
 - Lieventää elimistön matala-asteista tulehdustilaa
 - Parantaa diabetespotilaiden verensokeritasapainoa

Keuhkokuume

- Huono suunterveys on potentiaalinen keuhkokuumeen riskitekijä
- Suuhygieniaa parantamalla voidaan vähentää erityisesti laitoshoidossa olevien vanhusten hengitystieinfektioita ja pneumoniakuolemia



Ikääntyneen suun ongelmat

- Yleissairaudet, sairastuminen ja muistisairaudet
- Lääkitykset
 - Suun kuivumista aiheuttavat lääkkeet, yli 5 lääkettä
- Omahoidon taso
- Tupakointi ja alkon käyttö

1. Syljen
erityksen
lisääminen

2. Biofilmin
rikkominen
päivittäin

3. Hampaan pintojen
puolustuskyvyn /
remineralisaation
lisääminen

Hyvä
suun
terveys

1) BIOFILMIN HÄIRINTÄ



- biofilmiä tulisi pyrkiä kontrolloimaan / manipuloimaan
- ei pystytä eliminoimaan

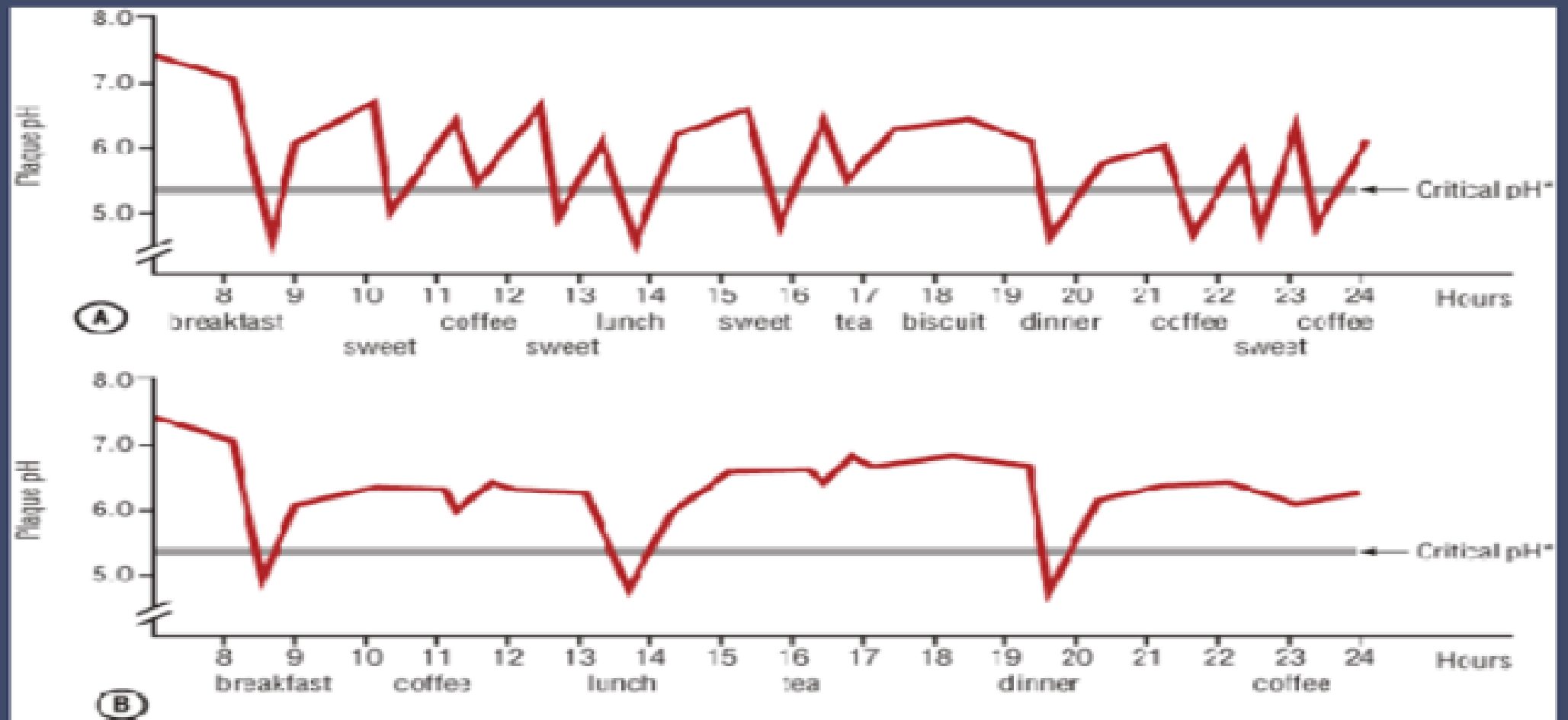


Figure 6. Schematic representation of the changes in plaque pH in an individual who (A) has frequent food and drink intake during the day, or (B) limits their food and drink intake to main meals only. The critical pH is 5.5, below which teeth begin to demineralize.

Marsh, Philip D., Martin, Michael V., *Oral Microbiology*; 12.



lääkään suunhoidon perusasiat

- Hampaiden harjaus
SÄHKÖHAMMASHARJALLA kaksi
kertaa päivässä
- Myös hampaattomaan suun
puhdistus kaksi kertaa päivässä
- Hampaiden välien puhdistus
päivittäin hammasväliharjalla
- Hammasproteesien puhdistus
päivittäin
- Fluorihammastahnaa kaksi kertaa
päivässä REILUSTI (huomioi
ikäntyneen herkkä suu), oma
annos ylös ja alas

lakkään
suunhoidot
perusasiat
jatkuu

- Ruokailun tulisi olla mahdollisimman monipuolista ja pureskelua vaativaa
 - Ateriat 4-6 kertaa päivässä, janojuomana vesi
 - Ksylitoli heti syömisen jälkeen, 3-5 kertaa päivässä, 5 minuuttia kerrallaan
 - Suun tarkastukset säännöllisesti yksilöllisellä hoitovälillä, myös proteesin ja sen istuvuuden tarkistus
- 
- 



KUIVAN SUUN HOITO

- Riittävä juominen, vettä päivittäin 1,5-2 litraa
- Pureskeltava ravinto
- Fysiologisella keittosuolalla purskuttelu
- Kuivan suun tuotteiden käyttö
- Ruoka- yms. öljyllä suun limakalvojen sively
- Ksylitolivalmisteet
- Jääpalat ja jäämurska





lääkään hampaiden hoidossa avustaminen

- <https://www.youtube.com/watch?v=UYleyk8giUI> Autettavan asiakkaan suunhoito video 6 min 03 sek

- <https://www.youtube.com/watch?v=hHIJbj3c2FY> Peikko mummolassa 11 min 45 sek



KIITOS



Lähteenä käytetty mm. <https://www.youtube.com/watch?v=MUzn-4uL8yM> Ikäihmisten suun terveydenhoito
Tehy, 20.5.2016, haastattelu hammasalan ammattilainen