

Sunde tænder – hele livet

Ældres tand- & mundsundhed
– inspiration til social- og
sundhedspersonale & pårørende





Daglig tandpleje
fremmer helbred og
forebygger sygdom!

Udgivet af ÆldreForum, August 2015

Design: DanChristensenDesign MDD. Tryk: trykteam svendborg a/s

Fotos: Omslag: Voksentandplejen, Københavns Kommune.

Side 6 og 8: Colourbox. Side 11, 12, 14, 16 og 18: Voksentandplejen, Københavns Kommune

Trykt ISBN: 978-87-93277-83-0

Elektronisk ISBN: 978-87-93277-82-3

Indhold

- 5 **Om pjecen**
- 6 **Derfor er tand- og mundsundhed vigtigt – også hos ældre**
 - Ernæring
 - Livskvalitet
 - Helbred
 - Flere ældre, flere tænder
- 8 **Sunde tænder hele livet – medicin og livsstil**
 - Medicin og mundtørhed
 - Livsstilsfaktorer
- 10 **Sunde tænder hele livet – regelmæssig daglig tandpleje**
 - Tandpleje kræver kompetencer
 - Hvornår har en person brug for hjælp?
 - Ældre med demens er særlig udsat
 - Tandpleje som integreret del af den personlige pleje
 - God mundhygiejne er en særlig plejeopgave
 - Kom godt i gang med hjælp til tand- og mundpleje
 - Sådan børster man tænder på en anden person
 - Pleje af proteser
 - Tandpleje hos meget svækkede og demente ældre
 - Vær opmærksom på mundsvamp
- 18 **Sunde tænder hele livet – eftersyn og tandbehandling**
 - Tid til at komme til tandlægen
 - Transport til egen tandlæge
 - Hjemmebehandling
 - Omsorgstandpleje
 - Økonomi

21 Yderligere inspiration og viden

- Tandplejeinformation OPP
Omsorgstandpleje.org/Seniortandpleje.org
Fagligt Forum for Omsorgstandpleje
Kurser, programmer og materiale
- 23 Delpakken mund- og tandhygiejne under projektet *I sikre hænder*
- 23 Kommunale projekter
 - Københavns Kommune:
SOC – *Shared Oral Care*
 - Favrskov Kommune:
Sunde tænder og god mundhygiejne
 - Randers Kommune:
Videreuddannelse af social- og sundhedsassistenter
 - Kolding Kommune:
En tand bedre – mundhygiejne for ældre på plejecentre
 - Skive Kommune:
Styrket indsats rettet mod tandsundheden hos ældre borgere og borgere visiteret til omsorgstandpleje
 - Aalborg Kommune:
E-læringsmodul
- 28 Bedste skal ha' børstet tænder
- 28 AMU-kurser
- 29 Yderligere læsning
 - Ældres tandsundhed og omsorgstandpleje
 - Tandsundhed og sundhed
 - Tandsundhed og demens
- 30 Noter til faktabokse

Om pjecen

Tænderne kan holde hele livet – hvis de plejes og passes. Sunde tænder og en sund mundhule er desuden både vigtigt for ældres helbred og livskvalitet. Derfor bør tand- og mundsundhed hos ældre have større opmærksomhed.

Denne pjece henvender sig til social- og sundhedspersonale samt til pårørende til ældre, der har eller måske er i fare for at få brug for hjælp til den daglige mundhygiejne.

Pjecen oplyser om, *hvorfor* det er særlig vigtigt at passe godt på ældres tænder og mund. Desuden indeholder pjecen information og gode råd om, *hvordan* man som social- og sundhedspersonale eller pårørende til ældre kan bidrage til at opretholde deres tandsundhed.

Endelig indeholder pjecen information om, *hvor* man kan finde yderligere inspiration, viden og hjælp om ældres tand- og mundsundhed. Blandt andet viser erfaringer fra flere kommunale projekter, at der kan opnås gode resultater ved at øge opmærksomheden om ældres tandsundhed.

Samtidig med denne pjece udgiver ÆldreForum pjecen *Ældres tand- og mundsundhed – inspiration til ældre borgere*.

ÆldreForum takker direktør Tim H. Fog, Tandplejeinformation OPP og tandplejer Johan Poulsen, Voksentandplejen, Københavns Kommune for faglig hjælp i forbindelse med udarbejdelse af denne pjece.

Hvad er god tand- og mundsundhed?

En god sundhedstilstand i munden indebærer, at man:

- ◆ ikke har smerter, ubehag eller sygdomme i munden
- ◆ har en god tyggefunktion
- ◆ ikke har problemer med at kommunikere og have social omgang med andre pga. dårlige tænder ¹

Derfor er tand- og mundsundhed vigtigt – også hos ældre



Ernæring

En velfungerende mund er en forudsætning for, at ældre uden ubehag og smerter kan nyde god og nærende mad. Dårlige tænder kan forårsage

problemer med at tygge og spise. Og det kan føre til fejl- og underernæring og dermed generel svækkelse.

Livskvalitet

Dårlig mundhygiejne kan medføre ubehag, smerter og lugtgener på grund af belægninger og madrester. Derudover kan det være flovt, at andre bemærker, at man har dårlig mundhygiejne eller lugter ud af munden. Derfor kan tand- og mundproblemer føre til, at man undgår socialt samvær og dermed er i fare for at blive ensom.

Helbred

Der er direkte sammenhæng mellem tandsundhed og det almene helbred. Forskellige sygdomme og svækket helbred kan have alvorlige konsekvenser

Underernæring hos plejekrævende ældre

Hver anden ældre på plejehjem og under indlæggelse taber sig utilsigtet, og 20 % af de svækkede ældre vejer for lidt. Det har alvorlige konsekvenser. Underernærede og svækkede ældre har ofte sværere ved at klare daglige opgaver som personlig pleje og rengøring. De bliver også lettere syge og har forringet livskvalitet.²

Ældre kan dø på grund af tand- og mundsygdomme

Dårlig mundhygiejne kan medføre risiko for lungebetændelse. Især personer, der lider af fejl-synking/synkesvær, også kaldet dysfagi, er i farezonen. Det skønnes, at op til 150 ældre mennesker årligt dør i Danmark af lungesygdomme som følge af dårlig mundhygiejne.³

for tænderne. Omvendt viser nyere undersøgelser, at infektioner i mund eller tænder kan bidrage til at udvikle eller forværre visse sygdomme.

Der er påvist sammenhæng mellem diabetes og paradentose. Sammenhængen går begge veje, således

at dårligt reguleret diabetes påvirker sværhedsgraden af paradentose, mens aktiv paradentose gør det sværere at kontrollere diabetes.

Endvidere er der sammenhæng mellem hjerte-karsygdomme og bakteriefloraen i mundhulen. Lider man af paradentose, kan mundhulens bakterier bidrage til en vedvarende betændelsestilstand, som kan medføre hjerte-karsygdomme.

Flere ældre, flere tænder

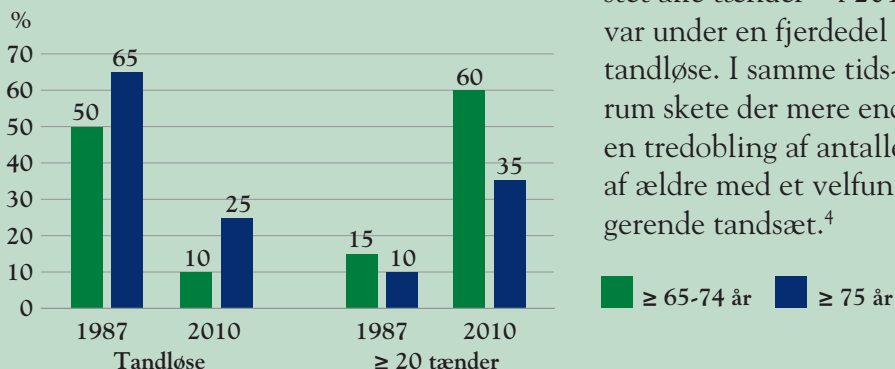
Antallet af ældre i samfundet vokser, og de lever i dag længere og har et bedre helbred end tidligere generationer. Deres tandsundhed er også bedre. Hvor ældre tidligere ofte var tandløse, bevarer flere i dag en del af deres naturlige tænder hele livet.

Flere ældre har egne tænder

20 velbevarede naturlige tænder eller mere betragtes normalt som et vel fungerende tandsæt.

I 1987 havde mellem hver anden og to tredjedel af ældre danskere mistet alle tænder – i 2010

var under en fjerdedel tandløse. I samme tidsrum skete der mere end en tredobling af antallet af ældre med et velfungerende tandsæt.⁴



Sunde tænder hele livet – medicin og livsstil



Medicin og mundtørhed

Omkring 20 % af den voksne befolkning er ofte generet af mundtørhed, deriblandt flest ældre. Alderen i sig selv medfører dog ikke mundtørhed. Mundtørhed forårsages tit af medicin, og da ældre ofte har flere sygdomme, indtager de derfor flere former for medicin. Omvendt kan mundtørhed også være et symptom på en tilstand eller en sygdom, fx diabetes og visse gigt-sygdomme.

Spyttet fjerner madrester og bakterier fra munden. Lav spytproduktion og mundtørhed er ikke kun generende og kan føre til ømme og smertende slimhinder, men øger også risikoen for svampeinfektioner, tandkødsbetændelse, huller i tænderne og syreskader.

Social- og sundhedspersonale og pårørende kan hjælpe til at forebygge eller lindre skader på grund af mundtørhed. Tjek for mundtørhed ved at sætte bagsiden af et tandbørstehoved på indersiden af kinden, eller føl med en finger (med handske på) på slim-

hinden i kinden. Hvis fingeren eller tandbørstehovedet hænger ved, er det tegn på mundtørhed.

- ◆ Tal med en tandlæge eller læge, om medicin kan være årsag til mundtørhed. Måske kan der skiftes til et andet lægemiddel eller ændres dosis.
- ◆ Ved mundtørhed bør der gøres en ekstra indsats for den daglige mundhygiejne.
- ◆ Tal med tandlægen/tandplejeren om hyppigere kontrol og tandrensning, og om ældre med udpræget mundtørhed bør bruge en særlig fluorholdig, receptpligtig tandpasta.
- ◆ Mundtørhed kan lindres med spytstimulerende midler, fx sukkerfrie pastiller og evt. kunstigt spyt, som kan købes som væske eller gel.

Ældre tager meget medicin

Tre ud af fire over 74-årige indtager mindst ét receptpligtigt lægemiddel dagligt, ca. 60 % mere end tre lægemidler. I gennemsnit indtager ældre fem lægemidler per dag. For plejehjemsbeboere er antallet 10 til 12 lægemidler dagligt.⁵

Livsstileksfaktorer

De kendte kostråd om at spise varieret og sundt gælder også, når det handler om tandsundhed. Når kroppen får de næringsstoffer, den har behov for, nedsættes risikoen for infektioner som fx tandkødsbetændelse og paradentose.

Ældre foretrækker ofte søde sager som mellemmåltider og drikkevarer, fx søde læskedrikke. Det skyldes, at smagssansen nedsættes med alderen, og at søde ting bedst kan smages. Men sukker kan medføre huller i tænderne, og syre kan skade tandemaljen.

Ved at skylle mund og protese eller drikke vand efter hvert måltid, kan sukker og andre rester fra mad og drikke reduceres.

Rygning svækker blodtilførslen og dermed også immunforsvaret. Sår lægger derfor dårligere. Der opstår også risiko for paradentose og infektioner, som kan skade de fibre og knogler, der holder tænderne.

Rygning og alkohol kan også forværre mundtørhed med de nævnte negative følger for tandsundheden.

Sunde tænder hele livet – regelmæssig daglig tandpleje

Alder i sig selv er ingen risikofaktor for tandsundheden. Men ældre har ofte et tandsæt med mange reparationer eller proteser, der kræver vedligeholdelse og med tiden også fornyelse. Derfor er det endnu vigtigere for ældre at forebygge nye skader og holde tænder og mund sunde.

Tandpleje kræver kompetencer

Regelmæssig og grundig tandpleje drejer sig først og fremmest om at fjerne sygdomsfremkaldende bakterielle belægning på tandoverfladerne. Det forudsætter tilstrækkelig motorik og

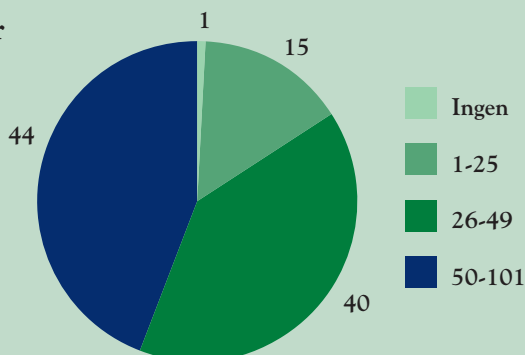
Ældres tænder

Proteser

Tal fra 2012 viser, at en tredjedel af ældre over 75 år har en protese, mens det kun er tilfældet for 13 % i aldersgruppen mellem 65 og 74 år og 7 % i aldersgruppen mellem 55 og 64 år.

Tandflader med fyldninger

Godt fire ud af fem mellem 65 og 74 år har mellem 26 og 101 tandfyldninger.⁶



Ældre kender ikke deres behov for hjælp

Ikke offentliggjorte data fra en undersøgelse i Københavns Kommune viser, at ældre ikke selv er klar over deres behov for hjælp. Kun 10 % af en gruppe ældre, som pga. funktionstab blev visiteret til omsorgstandpleje, gav udtryk for behov for hjælp til den daglige tandbørstning, selv om der kunne konstateres store mangler i de flestes mundhygiejne.⁷

syn til at børste tænderne grundigt.

For at klare tandbørstning to gange om dagen, skal man kunne strukturere sin dagligdag og huske denne opgave. Man skal også være i stand til at opstøge en professionel behandler til regelmæssig kontrol og følge en behandling, hvis der opstår behov for dette.

Nutidens ældre har gennem et langt liv passet og bevaret deres tænder, og det skal fortsætte. Når kræfterne begynder at svigte, er tandbørstning ofte et af de første daglige gøremål, der forsømmes. Det kan være svært at bedømme, om tænderne bliver børstet som hidtil, eller om en ældre, svækket person blot efter bedste evne foretager en form for rituel tandbørstning – fantomtandbørstning – der ikke renser tænderne tilstrækkeligt.

Hvornår har en person brug for hjælp?

Sundhedsstyrelsen skønner, at ældre, der dagligt får hjemmehjælp i fire timer eller mere, er i målgruppen for at blive visiteret til omsorgstandpleje (se om omsorgstandpleje side 19). Hvis en person er for svækket til selv at gå i bad eller tage tøj på, er det sandsynligt, at han/hun også har brug for hjælp til den daglige tandpleje.

De fleste, der i dag kommer på plejehjem, er så svækkede, at de har brug for hjælp til personlig pleje, og dermed også til den daglige tandpleje.

Synlige tegn på dårlig mundhygiejne er belægnings på tænderne, blødende tandkød (tandkødsbetændelse) og at tandbørsten ofte er tør.



Dårlig mundhygiejne skal opdages i tide. Personen på billedet har brug for bedre tandpleje, fordi tandsættet viser første tegn på forfald med belægnings ved tandkødranden og begyndende tandkødsbetændelse.

Fire ud af fem plejehjemsbeboere behøver hjælp til tandpleje

En stor undersøgelse i 2008 blandt plejehjemsbeboere i Sverige viste, at kun 22 % af beboerne selv kunne klare den daglige mundpleje. De øvrige 78 % havde behov for hjælp – men kun 7 % modtog hjælp til denne del af den daglige pleje.⁸



Dette tandsæt har ikke været passet i en længere periode. Dårlig mundhygiejne har nedbrudt flere af tænderne, så der kun er tandstumper tilbage. Der er desuden både belægninger og tandkødsbetændelse.

Social- og sundhedspersonale eller pårørende kan hurtigt teste en ældre persons motoriske og kognitive kompetencer ved at iagttage, om den pågældende kan:

- ◆ Snøre sko
- ◆ Tørre sig efter toiletbesøg
- ◆ Skrive sit navn

En tommelfingerregel er, at kan en person ikke udføre en eller flere af disse dagligdags opgaver, har den pågældende brug for hjælp til den daglige tandpleje.

Personale og pårørende bør være meget opmærksomme på, at et ældre, svækket menneske får den nødvendige hjælp i tide. Ellers kan der meget hurtigt opstå uoprettelige skader. Sørg for, at den pågældende bliver visiteret til daglig tandpleje, og at behovet for hjælp til denne opgave bliver registreret i pleje- eller døgnrytmeplanen.

Uoprettelige skader på kort tid

Tænder, der ikke plejes, kan på kun seks måneder få uoprettelige skader. Manglende mundhygiejne resulterer fx hurtigt i huller i tænderne og paradentose. Ofte gør betændelse i munden og mundtørhed på grund af medicinindtag det endnu sværere at rette op på skader. At ældres tænder i forvejen har gennemgået mange reparationer, gør dem ekstra sårbare – der er grænser for, hvor mange reparationer tænderne kan holde til.

Når tænderne falder eller skal trækkes ud som følge af huller eller paradentose, kan det også medføre, at delproteser ikke længere sidder fast.⁹

Ældre med demens udvikler hurtigt tandskader

En dansk undersøgelse fra 2007 viser, at der er en klar sammenhæng mellem demenssygdom og dårlig mundhygiejne. I gennemsnit havde personer med demens syv huller i tænderne, da de fik diagnosen.

Den medicin, personer med demens ofte får, medfører mundtørhed, som igen giver større risiko for huller og svampeinfektioner.¹⁰

Ældre med demens er særlig udsat

Personer med hukommelsesproblemer og demenssygdomme er særlig i farezonen for at få tandskader, fordi de får tiltagende svært ved at overskue og gennemføre regelmæssig tandpleje.

Tandpleje som integreret del af den personlige pleje

Hvis der er behov for hjælp til den daglige tand- og mundpleje, er det vigtigt at sikre, at denne opgave bliver en integreret del af hverdagen.

For plejehjemsbeboere kan personale og pårørende allerede ved indflytningen sørge for, at informationer om eventuelle proteser, behandlende

tandlæge/tandplejer eller allerede opståede skader registreres i stamdata. Har en beboer brug for hjælp til den daglige mundpleje, er det en hjælp for hele personalegruppen at notere i døgnrytmeplanen/plejeplanen, *hvilken* hjælp der er brug for, *hvornår* på dagen, og *hvem* der skal udføre den konkrete opgave.

Hjemmeboende ældre skal visiteres af kommunen til at modtage hjælp til tandpleje. Konkrete informationer om den nødvendige hjælp til den daglige tandpleje samt om tandstatus m.m. bør ligeledes noteres i plejeplanen, så hele personalegruppen er opmærksom på det.

På hjemmesiden *Omsorgstandpleje.org* (læs mere side 21) kan man gratis downloade kort, som kan bruges til at notere informationer om den enkelte borgers plejebestand, tandstatus m.m. Kortene viser desuden i billeder og tekst den daglige mundpleje for naturlige tænder og proteser.

God mundhygiejne er en særlig plejeopgave

Tand- og mundpleje er en intim plejeopgave og kan for nogle være grænseoverskridende. Man kommer meget tæt på et andet menneske, når man skal berøre mund, ansigt og tænder.

Mange finder det også grænseoverskridende eller krænkende, at andre børster deres tænder. Det er derfor meget vigtigt, at social- og sundhedspersonalet sammen med den enkelte

Plejepersonales barrierer for hjælp med tandpleje

Ifølge en norsk undersøgelse fra 2012 oplevede en tredjedel af det adspurgte plejepersonale det nogle gange eller ofte ubehageligt at yde tandpleje til ældre. Halvdelen mente, at de ikke havde tid nok til opgaven, og knap to tredjedel fandt det af og til i praksis vanskeligt at hjælpe med tandhygiejne.

Hele 97 % af de adspurgte oplevede modstand mod tandpleje fra de ældre, de skulle hjælpe.¹¹

fra starten skaber de rette rammer, så den daglige tandbørstning bliver til en behagelig og fast rutine.

Kom godt i gang med hjælp til tand- og mundpleje

Når man skal hjælpe et ældre menneske med tand- og mundpleje, skal man være opmærksom på flere ting:

- ◆ Sørg for at den pågældende er orienteret om og giver sit tilsagn til at få børstet tænder.
- ◆ Skab en situation hvor den pågældende har kontrol over og kan følge med i, hvad der foregår, fx på badeværelset foran spejlet. Lad personen selv vælge, hvor tandbørstningen skal foregå.

- ◆ Vælg sammen en arbejdsstilling, der er komfortabel for den pågældende og så lidt belastende som muligt for hjælperen.
- ◆ Hvis personen sidder ned, når tænderne børstes, er det ofte praktisk at stå bag den pågældende. En anden mulighed er at sætte sig ved siden af eller foran den pågældende.



- ◆ Hvis personen ligger ned, skal man stå ved siden af eller bag ved sengen – med hovedgærdet eller hele sengen løftet.



Sådan børster man tænder på en anden person

- ◆ Børst tænderne 2 gange dagligt i 2 minutter – men det kan sagtens tage længere tid at børste tænder på en anden person. Børst hellere én gang meget grundigt end to gange mindre grundigt.

- ◆ Brug altid handsker.
- ◆ Hjælp den pågældende med at tage en evt. protese ud før tandbørstningen.
- ◆ Brug en blød tandbørste med et lille børstehoved og børst ikke for hårdt. Brug også gerne en elektrisk tandbørste.
- ◆ Brug tandpasta med 1.450 ppm fluorindhold (fluorindholdet er angivet på tuben/pakken), svarende til en lillefingernegl. Spørg tandlægen/tandplejeren, om personen kan have gavn af en særlig fluorholdig tandpasta (fås kun på recept).
- ◆ Brug begge hænder – den ene til at børste med og den anden til at holde kind og læber eller til at støtte den pågældendes hoved.
- ◆ Børst med små gnubbende eller cirkelbevægelser langs tandkødranden. Gør det systematisk og i samme rækkefølge, så du altid ved, hvor langt du er nået. Start fx på forsiden af tænderne, børst så bagsiden og til sidst tændernes tyggeflader.
- ◆ Husk også at rengøre gummer, kindposer og tunge.
- ◆ Efter børstningen skal den pågældende spytte ud men ikke skylle munden, da den aktive fluor så forsvinder.
- ◆ Brug en mellemrumsbørste eller tandtråd for at rengøre mellemrummene mellem tænderne.

En elektrisk tandbørste er en god hjælp

Studier har vist, at elektriske tandbørster fjerner belægninger mindst lige så godt som manuelle børster. Elektriske tandbørster er pga. af deres tykke håndtag og lille børstehoved lette at bruge for ældre. Også social- og sundhedspersonale foretrækker ofte at bruge dem.¹²

Fluortandpasta virker

Stoffet fluor forebygger effektivt karies – huller i tænderne. Mange ældre er i risiko for massiv udvikling af huller. Derfor anbefales det at bruge tandpasta med et fluorindhold på 1.450 ppm, eller en særlig fluorholdig, receptpligtig tandpasta.

En undersøgelse foretaget i 2010 af Københavns Kommunes Voksentandpleje blandt københavnske plejehjemsbeboere viste, at den receptpligtige tandpasta var mere effektiv til at standse huller end almindelig tandpasta.¹³

Pleje af proteser

- ◆ Proteser og delproteser rengøres 2 gange dagligt og tages desuden ud og skylles efter hvert hovedmåltid.
- ◆ Tag hel- eller delprotesen forsigtigt ud. Er der bøjler, sættes en fingernegl under bøjlerne i højre og venstre side samtidig og protesen lirkes forsigtigt ud.
- ◆ Bruges der klæbemiddel til at fastholde protesen, skal alt klæbemiddel fjernes dagligt for at forebygge svamp.
- ◆ Læg protesen på en engangsklud i vasken og børst den med en protesebørste med lange stive børster og uparfumeret, flydende håndsæbe – IKKE tandpasta. Børst alle flader indvendig og udvendig og skyl bagefter protesen omhyggeligt med vand.
- ◆ Vær især omhyggelig med de flader, som vender mod gane og gummer. Belægninger her kan medføre svampeinfektioner i slimhinderne.
- ◆ Også mundens slimhinder afvaskes eller børstes, da der kan gemme sig madrester i kindfolder eller på tungen.
- ◆ Tag protesen ud om natten og læg den i et glas vand. Protesen bør ikke sidde i munden, mens man sover.
- ◆ Misfarvninger kan fjernes ved at lægge protesen natten over i et glas vand med 1-2 tsk. enzymvaskemiddel, fx Biotex. Derefter skylles proteser meget grundigt.
- ◆ Ved tandsten lægges protesen i blød i en opløsning af lige dele eddike og vand. Næste morgen fjernes tandsten med en træ- eller plasticpind og proteser skylles grundigt.

Tandpleje hos meget svækkede og demente ældre

Tand- og mundpleje hos meget svækkede eller demente personer kan være et dilemma. For meget insistere på denne del af plejeopgaven kan opfattes som overgreb, og det modsatte kan medføre omsorgssvigt.

Hvis der er tale om en meget svækket person, bør man nøje overveje, hvor stor en belastning den daglige tandpleje er for vedkommende. Om nødvendigt kan man fx nøjes med at børste tænderne grundigt én gang om dagen.



Social- og sundhedspersonale kan gøre flere ting for både at gøre tandplejen til en behagelig oplevelse og undgå konflikter, som især opstår, når demente personer skal have børstet tænder.

- ◆ Sørg for at skabe tryghed, fx ved at den demente kender den person, der skal børste tænderne.
- ◆ Få den demente persons samtykke.
- ◆ Forklar tydeligt, hvad der skal ske. Vis fx hvilke redskaber du bruger.
- ◆ Find det rette tidspunkt på dagen – fx det tidspunkt hvor den pågældende er vant til at få børstet tænder, eller et tidspunkt hvor den pågældende ikke er træt.
- ◆ Prøv tidligt at vænne den pågældende til en elektrisk tandbørste. Kør fx børstehovedet på den pågældendes håndryg før børstningen, så han/hun vænner sig til lyden og de roterende bevægelser.
- ◆ Faste ritualer gør samarbejdet lettere, fx en bestemt sang.
- ◆ Massér kinder og mundregion før tandbørstningen.
- ◆ Bideklodser eller fingerbeskyttere kan hjælpe med at holde munden åben, så den pågældende ikke bider sammen under børstningen.

Vær opmærksom på mundsvamp

Specielt svækkede ældre, der indtager meget medicin eller lider af mundtørhed, vitamin- eller blodmangel, er i fare for at udvikle mundsvamp. Mundsvamp er en infektionssygdom, der viser sig ved sår og revner i mund og på læber, hvide belægninger eller røde, tørre og blanke slimhinder i munden. Mundsvamp giver sviende smerter og opstår ofte under proteser.

Mundsvamp kan forebygges og behandles ved omhyggelig hygiejne af tænder, mundhule, tunge og proteser.

Er svampen på trods af god hygiejne ikke forsvundet i løbet af 14 dage, bør en tandlæge/tandplejer kontaktes.

Sunde tænder hele livet – eftersyn og tandbehandling

Til at forebygge skader er det, udover den daglige tandpleje, også vigtigt at sikre, at tænderne efterses regelmæssigt.

Ældres tænder har ligesom ældre biler gennemgået en del reparationer og skal derfor efterses ekstra grundigt og regelmæssigt. Pårørende og social- og sundhedspersonale kan give en hjælpende hånd ved at sørge for, at den enkelte ældre er tilknyttet en tandlæge eller tandplejer – og rent faktisk går regelmæssigt til eftersyn.

Tid til at komme til tandlægen

I følgende situationer bør personale eller pårørende tage initiativ til, at en ældre person behandles hos en tandlæge/tandplejer:

- ◆ Det sidste eftersyn ligger et år eller længere tilbage.
- ◆ Den pågældende føler ubehag eller smerter i tænder og mund.
- ◆ Den pågældende kan pga. ubehag



Plejepersonale har svært at bedømme ældres tandstatus

I en hollandsk undersøgelse fra 2014 blev plejepersonalet bedt om at bedømme den orale sundhed og et evt. behandlingsbehov hos 331 plejehjemsbeboere. Ifølge personalet havde kun 9 % af beboerne brug for tandbehandling. En undersøgelse af de samme beboere udført af tandlæger viste imidlertid, at 73 % af plejehjemsbeboerne rent faktisk havde behov for tandbehandling. Et svensk studie fra 2009 viste lignende resultater.¹⁴

i mund, tænder eller proteser ikke tygge maden godt nok.

- ◆ På trods af god mundhygiejne bløder den pågældendes tandkød, eller der er andre tegn på svamp eller infektioner i munden.

Transport til egen tandlæge

For svækkede ældre kan det være vanskeligt at komme til tandlæge eller tandplejer. Som udgangspunkt skal man selv betale for transport til og fra læge og speciallæge m.fl. Har man på grund af varigt nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne svært ved at komme til tandlæge/tandplejer, kan kom-

munen i nogle tilfælde give økonomisk støtte til individuel transport.

Læs mere om transport til lægehjælp på www.borger.dk.

Hjemmebehandling

Nogle tandlæger/tandplejere kommer på hjemmebesøg. Der er også mulighed for at blive behandlet hjemme af HjemmeTandlægen, som er en privat virksomhed med transportabelt udstyr. Det er dog begrænset, hvilke undersøgelser og behandlinger der kan udføres i hjemmet.

Omsorgstandpleje

Omsorgstandpleje er et kommunalt tilbud til voksne, der af fysiske og/eller psykiske årsager har svært ved at benytte almindelige tandplejetilbud.

Omsorgstandplejen udfører op-søgende tandpleje og behandling på plejehjem eller i borgerens hjem. Omsorgstandplejens hovedformål er at forebygge smerter samt at vedligeholde en acceptabel tyggefunktion. I private hjem udføres kun nødvendige reparationer af tænderne, da behandlingen foregår med transportabelt udstyr. På en række plejehjem findes der dog behandlingsrum og nogle steder regulære tandklinikker.

Målgruppen for omsorgstandpleje er personer på plejehjem og personer, der bor i eget hjem/ældrebolig med mange hjælpeforanstaltninger. Det er meget forskelligt fra kommune til

kommune, hvor mange der er visiteret til omsorgstandpleje, og hvordan de visiteres. Social- og sundhedspersonale og pårørende bør være opmærksomme på, om en ældre person vil have gavn af omsorgstandpleje.

Kontakt den kommunale tandpleje eller kommunens borgerservice, hvis en person skal visiteres til omsorgstandpleje. Informationer om omsorgstandpleje samt kontaktoplysninger til omsorgstandplejen i en række kommuner findes også på hjemmesiden *Omsorgstandpleje.org*.

Økonomi

Alle voksne får automatisk tilskud fra den offentlige sygesikring til en række

ydelse inden for tandpleje og tandlægebehandling. Tilskuddet udgør mellem 15 og 60 % af prisen. Derudover kan man via private forsikringsordninger få tilskud til patientdelen af tandlægeregningen.

Folkepensionister, der er økonomisk vanskeligt stillet, kan desuden søge om helbredstillæg til bl.a. tandbehandling. Der findes også et udvidet helbredstillæg til bl.a. tandproteser. Helbredstillæggets størrelse afhænger af pensionistens og en eventuel ægtefælles eller samlevers indtægt og kan dække op til 85 % af egne udgifter. Helbredstillæg søges hos kommunen. Det foregår digitalt på hjemmesiden *www.borger.dk*.

Tillæggene skal søges inden behandling påbegyndes.

Læs mere om reglerne for helbredstillæg på *www.borger.dk* og på Socialministeriets hjemmeside: *www.sm.dk*.

Ældre, der får tandbehandling i eget hjem, får tilskud fra den offentlige sygesikring – akkurat som ved behandling på en klinik. Der betales dog et tillæg for at få tandlægen ud i eget hjem.

Omsorgstandpleje er gratis udover en fast egenbetaling på højst 485 kr. pr. år (takst i 2015). Er man visiteret til omsorgstandpleje, kan man ikke samtidig få tilskud til tandbehandling fra den offentlige sygesikring.

For få ældre er visiteret til omsorgstandpleje

En rapport fra Sundhedsstyrelsen fra 2014 viser, at knap 30.000 ældre får tandlægehjælp via omsorgstandplejeordningen. Ifølge Sundhedsstyrelsens egne prognoser er ca. 60.000 personer i målgruppen for ordningen

Den lave tilslutning skyldes både manglende kendskab til ordningen og visitationspraksis. Sundhedsstyrelsen arbejder for tiden på en modernisering af omsorgstandplejen.¹⁵

Yderligere inspiration og viden

En række organisationer og kommuner m.fl. har i de senere år iværksat forskellige initiativer med henblik på at forbedre ældres tand- og mundsundhed.

Tandplejeinformation OPP

Tandplejeinformation OPP er et offentligt-privat samarbejde stiftet i 2013, som er ejet og ledet i fællesskab af Voksentandplejen Københavns Kommune, Viborg Kommunale Tandpleje og den private virksomhed Dit Tandlægehus Gruppen ApS.

Formålet er at fremme, udvikle og forbedre den forebyggende tandpleje blandt ældre samt udsatte grupper ved at formidle viden og vejledning om tandpleje. Tandplejeinformation OPP henvender sig til borgere, pårørende, social-, sundheds- og plejepersonale samt til tandplejefagligt personale og står bag en hjemmeside, et fagligt forum, diverse kurser og materialer (se nærmere i det følgende).

Tandplejeinformation OPP er desuden sekretariat for Forum for Ældre- og Socialtandpleje, som er en almennyttig forening. Forummets bestyrelse består af 10 medlemmer fra bl.a. kommuner, Københavns Universitet, FOA, ældreorganisationer samt ÆldreForum.

Kontaktpersoner er den daglige leder og sekretær i Tandplejeinformations bestyrelse, Lise Dalmeijer, ldalmeijer@tandplejeinformation.dk og direktør Tim H. Fog, timhfog@tandplejeinformation.dk.

Omsorgstandpleje.org/
Seniortandpleje.org

Omsorgstandpleje.org og Seniortandpleje.org er to forskellige indgange til en hjemmeside om forebyggende tandpleje og tandbehandling for ældre og personer, der er visiteret til omsorgstandplejeordningen.

På hjemmesiden, der henvender sig til ældre borgere, omsorgstandplejepatienter, pårørende, social- og sundhedspersonale og tandplejepersonale, findes der omfattende informa-

tion om alle aspekter af tandpleje for ældre samt instruktioner og videoer om, hvordan man kan hjælpe andre med den daglige tandpleje. Alle kan gratis tilmelde sig hjemmesidens nyhedsbrev, som udkommer flere gange om året med uddybende information om ældres tandhygiejne. Desuden kan der stilles spørgsmål om alt om tandpleje for ældre og omsorgstandplejepatienter til følgende adresse: *brevkasse@omsorgstandpleje.org*.

Fagligt Forum for Omsorgstandpleje

Fagligt Forum for Omsorgstandpleje er et digitalt fagligt fællesskab for medarbejdere i tandplejen, der arbejder med bl.a. omsorgstandpleje. For mere information se en introduktionsvideo: https://www.youtube.com/watch?v=iF20eXN_s_c, eller kontakt Tandplejeinformation OPP på *info@tandplejeinformation.dk*.

Kurser, programmer og materiale

Tandplejeinformation tilbyder en række kurser, programmer og materialer, som overvejende bygger på kurser m.m., der er udviklet af Voksentandplejen Københavns Kommune og den private virksomhed HjemmeTandlægen.

- ◆ SOC – *Shared Oral Care* – er et permanent forebyggelsesprogram for plejehjemsbeboere. Kernen i

programmet er et tæt samarbejde mellem tandpleje- og plejepersonale med regelmæssig kontrol og justering af beboernes mundhygiejne.

SOC-programmet udrulles fra 2012 på alle Københavns Kommunes plejehjem. En række andre kommuner arbejder i forskelligt omfang med programmet, fx Lyngby-Taarbæk, Ikast-Brande og Gribskov Kommune.

- ◆ *Det Store Tandplejeprojekt* er et ti måneders program, som henvender sig til alt plejepersonale samt de øvrige medarbejdere inden for en kommunes ældreområde. Udover at formidle viden og færdigheder om tandpleje er projektets formål at ændre personalets adfærd, arbejdsrutiner og kultur i forhold til ældres tandpleje. *Det Store Tandplejeprojekt* er blevet gennemført i Favrskov Kommune og lanceres i efteråret 2016 i Varde Kommune.
- ◆ E-learning om tandpleje for ældre borgere. Der er udarbejdet et e-learningmateriale, som bruges i en række kommuner. For tiden videreudvikles dette materiale i tæt samarbejde med Aarhus Social- og Sundhedsskole og FOA.

Delpakken mund- og tandhygiejne under projektet *I sikre hænder*

Formålet med forbedringsprojektet *I sikre hænder* er at give borgere omfattet af ældrepleje og i botilbud en mere sikker pleje og behandling. Dansk Selskab for Patientsikkerhed, Sundheds- og Ældreministeriet og KL står bag projektet *I sikre hænder*, som løber frem til udgangen af 2016. Projektet består af fire indsatsområder: tryksår, medicin, fald og infektioner.

I april 2015 er der udsendt en infektionspakke, som består af tre delpakker om blærekatetre, håndhygiejne samt mund- og tandhygiejne. Infektionspakken skal nu afprøves på udvalgte plejehjem i de fem deltagerkommuner, som er Frederiksberg, Lolland, Sønderborg, Thisted og Viborg Kommune.

Delpakken mund- og tandhygiejne er inspireret af Københavns Kommunes forebyggelsesprogram *Shared Oral Care*. Målet med delpakken er at reducere antallet af borgere med blødning på grund af tandkødsbetændelse med 50 % og mindske lungebetændelse med 25 %.

Delpakken beskriver den bedste kliniske praksis på området og består af følgende tre elementer:

- ◆ Vurdering af behov for hjælp til tandbørstning, mund- og tandhygiejne samt eventuelt protesepleje.

- ◆ Udarbejdelse af plan for patienter, der har behov for hjælp til mund-, tand- og protesehygiejne.
- ◆ Planen for mund-, tand- og protesehygiejne gennemføres.

Beboere, der vurderes at have behov for det, visiteres til kommunens omsorgstandpleje, som eventuelt udfører behandling og kommer med anvisninger til plejepersonalet om den daglige mund-, tand- og protesehygiejne for de enkelte beboere. Anvisningerne indarbejdes i plejeplanen. For nye beboere udarbejdes planen – herunder eventuel henvisning til omsorgstandplejen – inden 14 dage fra indflytningen.

Kontaktperson er projektleder i Dansk Selskab for Patientsikkerhed Tina Lynge, tina.lynge@patientsikkerhed.dk.

For mere information se projektets hjemmeside: www.isikrehaender.dk.

Kommunale projekter

Alle kommuner er forpligtet til at tilbyde omsorgstandpleje til svækkede og ikke selvhjulpne ældre. Det er dog i praksis meget forskelligt, hvor mange ældre der er visiteret til ordningen, og hvordan omsorgstandplejen er organiseret i de enkelte kommuner. En række kommuner har afsluttet eller er i gang med projekter om at forbedre

forebyggelse og behandling af tand-skader hos svækkede og ikke selvhjulpne ældre.

Københavns Kommune: SOC – Shared Oral Care

SOC-forebyggelsesprogrammet supplerer Københavns Kommunes almindelige tilbud om omsorgstandpleje. Erfaringer viste, at omsorgstandplejen ikke alene kunne sikre, at ældre plejehjemsbeboere bevarede deres tænder og undgik sygdom pga. dårlig mundhygiejne. Derfor startede Voksens tandplejen Københavns Kommune i 2010 et pilotprojekt om forebyggelse, som i 2011 blev afprøvet i større skala. En videnskabelig evaluering af projektet viste en væsentlig forbedring af beboernes mundhygiejne. I 2012 blev det derfor besluttet, at programmet, der fik navnet SOC – *Shared Oral Care*, skal rulles ud til samtlige Københavnske plejehjemcentre med ca. 3.600 beboere.

Formålet med SOC – *Shared Oral Care* er at forhindre, at ældre og ikke selvhjulpne plejehjemsbeboere får tand- og mundskader og infektioner i kroppen på grund af dårlig mundhygiejne. Kernen i programmet er et tæt samarbejde mellem omsorgstandplejen og personalet på de enkelte plejehjem om beboernes daglige mundhygiejne.

Programmet baserer sig på såkaldt situeret læring, hvor dertil uddannede klinikassistenter underviser ple-

jepersonale i god mundpleje. Indledningsvis vurderes og registreres alle beboeres mundhygiejne og behandlingsbehov samt deres evne til at varetage egen tandpleje. Resultaterne dokumenteres i en handleplan for tand- og mundpleje. Formålet med handleplanen er, via daglig, struktureret tandbørstning og/eller protesepleje at forebygge eller stoppe igangværende tandkødsbetændelse, som igen kan føre til sygdom og tab af naturlige tænder.

Programmet bliver igangsat over ni måneder. I de første tre måneder besøger klinikassistenten beboerne ugentligt. Ved hvert besøg vurderes beboernes mundhygiejne, og der aftales eventuelle justeringer i mundplejen med plejepersonalet og beboeren. Efter tre, seks og ni måneder gentages registrering af beboernes mundhygiejne samtidig med, at klinikassistentens besøg efter tre måneder afkortes til hver 14. dag og til hver tredje uge i de sidste to intervaller.

Kontaktperson i Voksens tandplejen Københavns Kommune er den programansvarlige tandplejer Johan Poulsen, mz31@suf.kk.dk.

Mere information om Københavns Kommunes forebyggelsesprogram samt et link til den nævnte evaluering findes på: www.voksensandplejen.dk.

Favrskov Kommune: *Sunde tænder og god mundhygiejne*

I Favrskov Kommune har man siden 2012 arbejdet med *Det Store Tandplejeprojekt* under titlen: *Sunde tænder og god mundhygiejne*. Projektet fokuserede på tandsundheden hos kommunens ældre borgere både på plejecentrene og i hjemmeplejen. Projektet resulterede i, at markant flere ældre fik registreret deres tandstatus og behov for hjælp til den daglige tandpleje, hvad der igen førte til korrekt daglig tandpleje og regelmæssige tandlægebesøg. Efter afslutning af projektperioden bliver projektet videreført ved bl.a. regelmæssige basiskurser for nye medarbejdere på ældreområdet.

Formålet med *Det Store Tandplejeprojekt* er at ændre personalets motivation, adfærd, arbejdsrutiner og kultur i forhold til ældres tandpleje. Den primære målgruppe for projektet er social- og sundhedspersonale og dernæst de øvrige medarbejdere inden for kommunens ældre- og sundhedsområde.

Projektforløbet strækker sig over 10 måneder, hvor personalet kompetenceudvikles individuelt og i grupper, ved hjælp af følgende seks elementer: basiskursus, stamdata, døgnrytmeplan, tandplejemidler, e-learning og tandplejemappe. Sideløbende indsamles data om de ældre borgers tandsundhed før og efter kompetenceudvikling, så resultaterne kan måles.

Det Store Tandplejeprojekt styres af

en projektgruppe, der består af repræsentanter for kommunens ældre- og sundhedsområde, den kommunale tandpleje og Tandplejeinformation OPP. Dette sikrer, at projektet forankres lokalt og også lever videre i kommunen efter endt forløb.

Kontaktperson i Favrskov Kommune er overtandlæge Jørgen Kjær, jkj@favrskov.dk.

Randers Kommune: *Videreuddannelse af social- og sundhedsassistenter*

Randers Kommunale Tandpleje har en aftale med Randers Byråd om i 2014 og 2015 at gennemføre et uddannelsesforløb for ca. 1000 sosu-assistenter. Målet med forløbet er, at ældre bevarer deres tandstatus så længe som muligt med alt, hvad det betyder for deres ernæringstilstand, helbred, fysiske og psykiske velvære og sociale liv. Målgruppen for et generelt løft af mundsundheden er alle beboere på plejehjem i Randers Kommune, også dem, der ikke er tilknyttet den kommunale omsorgstændpleje.

Uddannelsesforløbet består af tre timers undervisning og tre timers sidedemosoplæring. Igennem undervisningen forbedres desuden den kommunale tandplejes samarbejde med plejepersonalet, og tandplejen bliver mere synlig for borgerne. Der er planlagt en opfølgning af projektet med hjælp fra Tandlægeskolen.

Som første skridt er Randers Kom-

munale Tandpleje i 2014 begyndt med pilotprojektet: *Forbedring af ældres tandsundhed* på et stort plejehjem med 105 beboere og et mindre med 30 beboere. Personalet blev undervist i bl.a. praktisk mundpleje, kost og sammenhæng mellem sygdom i munden og almen tilstand. Der blev også talt om, hvordan man overbeviser ældre om, at de har brug for hjælp til tandpleje. Desuden fik plejehjemspersonalet udleveret *Manual i mundhygiejne om opretholdelse af tilstrækkelig mundhygiejne*, udarbejdet af Randers Kommunes Omsorgstændpleje.

Den efterfølgende mundtlige evaluering viste, at ledere og personale på plejehjem var meget positive og ønskede at bibeholde sidemandsoplæring, mens den kommunale tandpleje oplevede bedre kommunikation med de to plejehjem. Det er planlagt, at de øvrige plejehjem gennemgår et tilsvarende uddannelsesforløb.

Kontaktpersoner i Randers Kommunale Tandpleje er overtandlæge Lars Høvenhoff, lars.hoevenhoff@randers.dk og klinikassistent Marianne Høj Madsen, mahm@randers.dk.

Kolding Kommune:
En tand bedre
– mundhygiejne for ældre
på plejecentre

Kolding Kommune påbegyndte i 2014 et projekt under titlen: *En tand bedre – mundhygiejne for ældre på plejecentre*. Projektets mål er at forbedre mundhy-

giejnen og derigennem formindske tilfælde af tandkødsbetændelse og lungebetændelse blandt ældre på to plejecentre i Kolding Kommune.

Projektet består af to indsatser: Dels udarbejdes der en mundstatus og en individuel handleplan for beboerne, som bliver dokumenteret i plejeplanen/døgnrytmeplanen. Dels opkvalificerer Omsorgstændplejen plejehjemspersonalet, primært via sidemandsoplæring.

Målet med at opkvalificere personalet – både ledere og medarbejdere – er at sætte dem i stand til bedre at håndtere mundpleje hos plejecentrenes beboere. Personalet bliver undervist i at vurdere, om den enkelte beboer har behov for hjælp til mundpleje samt i korrekt pleje af naturlige tænder og proteser.

Projektet omfatter i alt tre kontrolbesøg inden for det første år efter den oprindelige mundstatus blev konstateret i de to plejehjem. Ved første besøg var mundhygiejnen hos de 50 deltagende beboere på begge plejehjem bedre end landsgennemsnittet. Alligevel havde 41 % af beboerne dårlig mundhygiejne. Andet kontrolbesøg viste en generel forbedring af mundhygiejnen og markant færre tilfælde af tandkødsbetændelse.

Efter tredje og sidste kontrolbesøg (planlagt gennemført i august 2015) tages der stilling til, om der skal udarbejdes retningslinjer/procedurer for mundhygiejne, når nye beboere flytter på plejecenter. Når projektets samle-

de resultat foreligger, overvejer kommunen at udbrede indsatsen til andre plejecentre.

Kontaktperson er funktionsleder for plejecentre, aktivitet og køkkenområdet i Kolding Kommunes Senior- og Socialforvaltning, Gitte Meyer Larsen, gitt@kolding.dk.

Skive Kommune:
***Styrket indsats rettet mod
tandsundheden hos ældre borgere
og borgere visiteret til
omsorgstandpleje***

I 2012/2013 gennemførte Skive Kommunes tandpleje projektet *Styrket indsats rettet mod tandsundheden hos ældre borgere og borgere visiteret til omsorgstandplejen*. Baggrunden for projektet var, at mange ældre, når de blev visiteret til omsorgstandpleje, havde mistet regelmæssig tilknytning til tandplejesystemet, og at deres tandstatus ofte var så ringe, at det var for sent at opretholde en god tandsundhed.

Projektet henvendte sig til både plejepersonale og medarbejdere med tilknytning til de forebyggende hjemmebesøg hos ældre. Ca. 485 medarbejdere fra 23 ældrecentre samt 50 medarbejdere i visitationsafdelingen deltog i orienterende møder og undervisning. Undervisningen bestod af information om og udfordringer i forbindelse med at bevare et sundt tandsæt samt af praktisk træning i tandbørstning for plejepersonalet.

For de forebyggende medarbejdere blev der afholdt orienteringsmøder med råd og vejledning om ældres tandsundhed generelt, og hvordan ældre kan fastholdes i det almindelige tandplejesystem. Andre emner var tilskud til tandbehandling og ældres visitation til omsorgstandpleje.

Kontaktperson i Skive Kommune er overtandlæge Rita Kaae, rika@skivekommune.dk.

Aalborg Kommune:
E-læringsmodul

I 2012 viste en mindre spørgeskemaundersøgelse, som blev gennemført på kommunens plejehjem, at plejepersonalet manglede viden om tandpleje for ældre. Da de kommunale plejehjem i forvejen havde adgang til en e-læringsportal, valgte Aalborg Kommune Tandpleje i samarbejde med firmaet Kvalicare at udvikle et nyt e-læringsmodul: *Mund- og tandpleje til ældre i hjemmepleje og plejebolig*.

Kurset er frit tilgængeligt for alle medarbejdere og tænkt som et grundkursus og supplement til de regelmæssige personalekurser, der afholdes af omsorgstandplejen. I november 2014 havde knap halvdelen af de i alt ca. 3.000 ansatte på ældreområdet gennemført kurset.

Kontaktperson i Aalborg Kommune er teamleder i Specialcenter for voksentandpleje og projektleder bag e-læringsprojektet Line Gøtz Hartmann, LGH-fb@aalborg.dk.

Bedste skal ha' børstet tænder

Fra november 2013 til marts 2014 gennemførte organisationen DOFT, De Offentlige Tandlæger, og fagforeningen FOA projektet *Bedste skal ha' børstet tænder*. Målet med projektet var at øge fokus på mundsundhed blandt landets plejehjemsbeboere og samtidig at forbedre tandsundheden mærkbart.

Projektet bestod af to dele, nemlig af undervisningsmateriale til social- og sundhedspersonalet og materiale til at gennemføre målinger for blødnin-ger hos beboerne før og efter under-visningen, så fremskridt i mundhygi-ejen kunne måles.

Alle kommuner med en kommu-nal tandpleje fik tilbudt materialerne, og plejehjem i 19 kommuner valgte at deltage i kampagnen. En del andre kommuner brugte undervisningsmate-rialet, men havde ikke ressourcer til at foretage målingerne.

Kontaktperson er direktør for De Offentlige Tandlæger Lars Holsaae, lh@dofth.dk.

i daglig pleje og omsorg. Målet med kurset er, at deltagerne bliver i stand til at vurdere, observere og udføre forebyggende tandpleje hos borgere med fysiske eller psykiske funktions-nedsættelser.

I de seneste år er kurset kun ble-vet gennemført med et hold per år på landsplan.

Mere information om kursets ind-hold findes på Uddannelsesguiden: www.ug.dk, og på EPOS', Efteruddan-nelsesudvalget for det Pædagogiske Område og Social- og Sundhedsområ-dets hjemmeside: www.epos-amu.dk.

AMU-kurser

Social- og sundhedsskoler tilbyder to dages kurset *Forebyggende voksentand-pleje i omsorgsarbejdet*, der retter sig mod alle medarbejdere, som deltager

Yderligere læsning

from Scottish Health Survey, British Medical Journal, 2010, May 27, 340

Udover litteratur nævnt i noterne, henvises der til udvalgte rapporter og artikler om følgende emner:

Tandsundhed og demens

Ældres tandsundhed og omsorgstandpleje

- ◆ *Tandstatus hos ældre*, Sundhed.dk
- ◆ *Tandstatus – tandsundhed objektivt og subjektivt vurderet*, Dansk Sundhedsinstitut, Rapport 2012. 02
- ◆ *Rapport om serviceeftersyn af sundhedslovens krav til indholdet af omsorgstandplejen*, Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse, marts 2014

Tandsundhed og sundhed

- ◆ B. Lamster, E. Lalia, W. S.Borgnakke, G. W. Taylor, *The relationship between oral health and diabetes mellitus*, Journal of the American Dental Association, 2008, oct, 139
- ◆ Lars Lønstrup: *Sygdomme i mund og hjerte hænger sammen*, De Offentlige Tandlæger, Nr. 11, juni 2011
- ◆ C. de Olivera, R. Watt, M. Hamer, *Toothbrushing, inflammation, and risk of cardiovascular disease: results*

- ◆ B. Ellefsen, P. Holm-Pedersen, D. E. Morse, M. Schroll, B. B. Andersen, *Caries prevalence in older persons with and without dementia*, Journal of the American Geriatric Society, 2008 Jan, 56 (1)

Nationalt Videnscenter for Demens har i samarbejde med tandlæge, ph.d. Birita Ellefsen udarbejdet to korte pjecer om tandsundhed og demens. Pjecerne kan downloades på hjemmesiden: www.videnscenterfordemens.dk

- ◆ *Pjecen Information om tandsundhed hos patienter med demens* retter sig mod praktiserende læger og andet sundhedsfagligt personale, der skal rådgive patienter og pårørende om demens og tandsundhed.
- ◆ *Pjecen Bevar smilet, glem ikke tænderne! – vejledning i god tandsundhed hos patienter med demens* retter sig mod pårørende og plejepersonale, der i det daglige skal varetage tandbørstning og mundhygiejne hos patienter med demens.

Noter til faktabokse

- 1 Tandstatus hos ældre, Sundhed.dk.
- 2 Smag, Skønne måltider til alle gamle, Hvidbog om nærende måltider med kulinarisk kvalitet til ældre, januar 2015. Se også hjemmesiden Madkulturen.dk.
- 3 Vær opmærksom på fejlsynkning, Nyhedsbrev for borgere, pårørende og plejepersonale om omsorgstandpleje og tandpleje for seniorer, nr. 7, 2014; P. Sjögren, E. Nilsson, M. Forsell, O. Johansson, J. Hoogstraate, A systematic review of the preventive effect of oral hygiene on pneumonia and respiratory tract infection in elderly people in hospitals and nursing homes: effect estimates and methodological quality of randomized controlled trials, Journal of the American Geriatric Society, 2008, Nov, 56 (11).
- 4 Rapport om serviceeftersyn af sundhedslovens krav til indholdet af omsorgstandplejen, Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse, marts 2014.
- 5 Merete Valentinus: Ældre, kost og tænder, Tandplejeren, 3, 2009.
- 6 Tandstatus – tandsundhed objektivt og subjektivt vurderet, Dansk Sundhedsinstitut, Rapport 2012. 02.
- 7 Lisa Bøge Christensen, Børge Hede, Ellen Nielsen: A cross-sectional study of oral health and oral health-related quality of life among frail elderly persons on admission to a special oral health care programme in Copenhagen City, Denmark, Gerodontology 2011.
- 8 Marianne Forsell, Petteri Sjögren, Olle Johansson, Need of Assistance with Daily Oral Hygiene Measures Among Nursing Home Resident Elderly Versus the Actual Assistance Received from the Staff, The Open Dentistry Journal, 3, 2009.
- 9 Overtandlæge, lektor, ph.d. Børge Hede og programleder, tandplejer Johan Poulsen, begge Voksentandplejen Københavns Kommune.
- 10 Majbritt Lund, Dårlig tandsundhed hos demente, Tandlægebladet 4. 10. 2007.
- 11 Tril Willumsen, Line Karlsen, Richard Næss, Sissel Bjørntvedt, Are the barriers to good oral hygiene in nursing homes within the nurses or the patients? Gerodontology 2012 June, 29 (2).
- 12 Personalet foretrak el-tandbørste, Nyhedsbrev for borgere, pårørende og plejepersonale om omsorgstandpleje og tandpleje for seniorer, nr.3, 2014; K.G. Fjeld, M. Mowe, H. Eide, T. Willumsen, Effect of electric toothbrush on residents' oral hygiene: a randomized clinical trial in nursing homes, European Journal of Oral Science, 2014, april, 122 (2).
- 13 Effektiv forebyggelse, Nyhedsbrev for borgere, pårørende og plejepersonale om omsorgstandpleje og tandpleje for seniorer, nr. 1, 2014; K.R. Ekstrand, J.E. Poulsen, B. Hede, S. Twetman, V. Qvist, R. Ellwood, A Randomized Clinical Trial of the Anti-Caries Efficacy of 5000 compared to 1450 ppm Fluoridated Toothpaste on Root Caries Lesions in Elderly Disabled Nursing Home Residents, Caries Research 2013, 47 (5).
- 14 Svært at vurdere tandsundhed for ikke-fagfolk, Nyhedsbrev for borgere, pårørende og plejepersonale om omsorgstandpleje og tandpleje for seniorer, nr. 4, 2014; Marianne Forsell, Petteri Sjögren, Olle Johansson, Need of Assistance with Daily Oral Hygiene Measures Among Nursing Home Resident Elderly Versus the Actual Assistance Received from the Staff, The Open Dentistry Journal, 3, 2009.
- 15 Rapport om serviceeftersyn af sundhedslovens krav til indholdet af omsorgstandplejen, Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse, marts 2014.

ÆldreForum er et statsligt, uafhængigt råd under Sundheds- og Ældreministeriet, som skal følge og vurdere ældres vilkår i samfundet på alle livets områder. Rådet skal desuden bidrage til at synliggøre ældres ressourcer og til at nuancere billedet af ældre og aldring. Forskere, fagpersoner, organisationer, kommuner, regioner, ældreråd og mange andre inddrages løbende i rådets arbejde.

Se mere om ÆldreForum og læs nyheder om ældre på www.aeldreforum.dk.

ÆldreForum udsender løbende publikationer med information, inspiration og debatskabende stof om tilværelsen som ældre, iværksætter undersøgelser og arrangerer konferencer m.m.

Rådet har udgivet publikationer om bl.a. aldringsforskning, forholdet mellem generationer, sprog, omsorg for svækkede ældre, ældre på arbejdsmarkedet, naturmedicin, kost, ældres seksualitet, psykisk sygdom hos ældre, ældre etniske minoriteter, vedligeholdelse af køreevner og fornyelse af kørekort, frivilligt arbejde og inspiration til fysisk aktivitet der forebygger sygdom og vedligeholder funktionsevnen.

ÆldreForums publikationer kan ses på www.aeldreforum.dk og bestilles gratis på hjemmesiden eller på telefon: 9359 0181.



Edisonsvej 18, 1.sal
5000 Odense C
Tlf. 7242 3990
9359 0181

E-mail:
aef@aeldreforum.dk
Internet:
www.aeldreforum.dk



Daglig tandpleje
fremmer helbred og
forebygger sygdom!