



Herzlich willkommen!

Im Alter nicht den Biss verlieren !

Das Zusammenspiel von Ernährung und Zahngesundheit

Dr. Martina Walther, Vorstand Prävention der Zahnärztekammer Schleswig- Holstein

1

Die Eckpfeiler der Oralprophylaxe

- die zahnbewusste Ernährung
- die optimale Mundhygiene
- der Einsatz von Fluoriden
- die regelmäßige zahnärztliche Betreuung

2

Ziel der Mundhygiene

Alle Speisereste und Beläge regelmäßig und sorgfältig entfernen.

3

Mundpflege bei Senioren

Die effektive Mundhygiene - Folgen mangelnder Mundhygiene



- **Plaque**
= Zahnbelag
- **Gingivitis**
= Zahnfleischentzündung

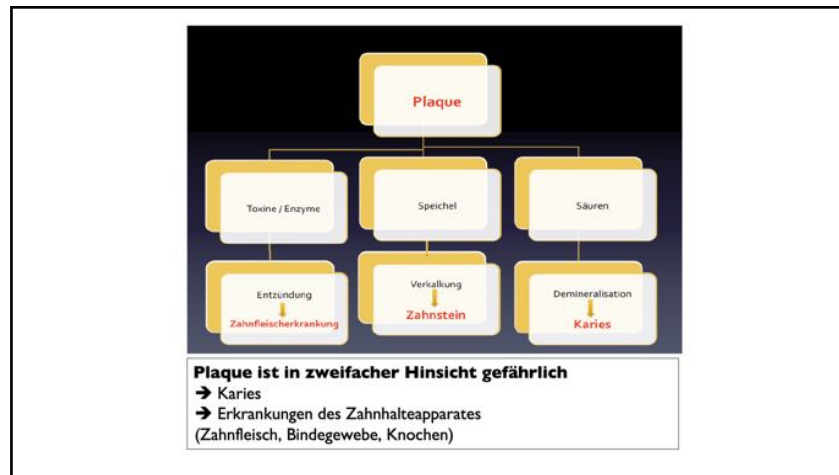
4



5



6



7

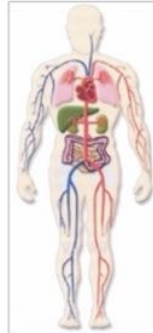
- ### Beziehung Mundgesundheit-gesamtkörperliche Gesundheit
- Diabetes
 - koronare Herzerkrankungen
 - chronische Atemwegserkrankungen
 - Osteoporose
 - rheumatische Arthritis

8

Mundpflege bei Senioren

Die effektive Mundhygiene - Folgen mangelnder Mundhygiene

Systemische
Auswirkungen
einer
Parodontitis



Wussten Sie?

- **Diabetes**
Risiko: 2-3fach
- **Schlaganfall**
Risiko: 2,8fach
- **Herzinfarkt**
Risiko: 2fach
- **Schwangerschaft**
Risiko: 4-7fach

9

§ 22a SGB V Verhütung von Zahnerkrankungen bei Pflegebedürftigen und Menschen mit Behinderungen

- (1) Versicherte, die einem **Pflegegrad nach § 15** des Fünften Buches zugeordnet sind oder **Eingliederungshilfe nach § 53** des Zwölften Buches erhalten, haben Anspruch auf Leistungen zur Verhütung von Zahnerkrankungen. Die Leistungen umfassen insbesondere
- die Erhebung eines **Mundgesundheitsstatus**,
 - die **Aufklärung** über die Bedeutung der Mundhygiene und über Maßnahmen zu deren Erhaltung,
 - die **Erstellung eines Planes zur individuellen Mund- und Prothesenpflege**
 - die **Entfernung harter Zahnbeläge- 2 x im Jahr**.

Pflegepersonen des Versicherten sollen in die Aufklärung und Planerstellung nach Satz 2 einbezogen werden.

10

Multimorbidität – Geriatrische Giganten

Leitfaden
AKABe im Internet
AKABe Fortbildung
Geselle Praxis
Alterszahnheilkunde 2.0

	Immobilität	
	Instabilität	
	Inkontinenz	
	Intellektueller Abbau	

11

Funktionseinschränkungen im Alter

- Herz-Kreislaufsystem
- Bewegungsapparat, Muskulatur (Kraft/ Koordination), Knochen (Atrophie, Mineralverlust)
- Nervensystem
- Immunsystem
- Visus, Hörfähigkeit, Geruchssinn, Tastsensibilität
- Schleimhäute (Atrophie, Elastizitätsverlust)
- ...Ab dem 35. Lj. lassen die Körperfunktionen um 1% pro Jahr nach.

12

Hilfsmittel für die Mundhygiene

- Zahnbürste
- Interdentalbürste
- Zahnseide
- Gaze

- Zahncreme
- Fluoride
- Mundspüllösung

13

Handgriff: Griff von einem Fahrrad oder aus einem Stück Moosgummi-Schlauch hergestellt.

Für Patienten mit beschränkten Bewegungsmöglichkeiten des Arms. 2 mit Klebeband aneinander geklebte Bürsten.

In der Mitte durchstochener Tennisball.

Bürste mit abgeschnittenem Griff als Verlängerung des Fingers. Zum Festhalten ein oder zwei Ringe aus Klebeband an den Bürstengriff geklebt.

14

4 mit der SuperBrush bürsten

Mund-Pflege in der Pflege

mal über 2 Zähne hin und her „schrubben“

aufdrücken

15

4 elektrisch bürsten

Mund-Pflege in der Pflege

32 Zähne: 2 Minuten
10 Zähne: 40 Sekunden

an jeder Fläche eine „gute“ Sekunde stoppen

3 erreichbare Zahnflächen:

außen innen oben

16

4 **elektrisch bürsten**
Mund-Pflege in der Pflege

32 Zähne: 2 Minuten
 10 Zähne: 40 Sekunden

an jeder Fläche
 eine „gute“ Sekunde
 stoppen

3 erreichbare Zahnflächen:
 außen innen oben



17

4 **demente Menschen**
Mund-Pflege in der Pflege



„Nachdruck“
 erlaubt

keine Finger
 in den Mund



18

4 **welche Paste ?**
Mund-Pflege in der Pflege

3mal soviel
 Fluorid



erbsengroße
 Menge

19

Altern mit Zahnersatz

- Nachlassen der manuellen Geschicklichkeit
- Nachlassen der visuellen Fähigkeiten
- Nachlassen der Organisationsfähigkeit
- Psychische Veränderungen:
 - Zurückgezogenheit
 - Zurückgewandheit
 - abnehmendes Selbstwertgefühl
 - Fixierung / Depression
 - beginnende Demenz
- Multimorbidität und Polypharmazie

20

Prothesenhygiene:

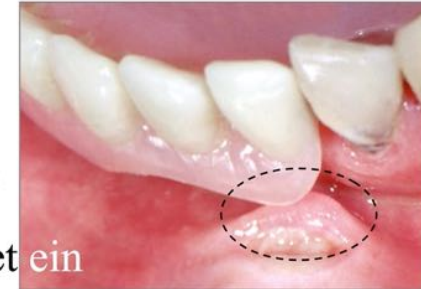
- Prothese stets außerhalb des Mundes reinigen
- nach jedem Essen Mund ausspülen, Prothese abspülen
- Mindestens 1x am Tag Prothese mit Bürste und Zahncreme reinigen
- zusätzlich kann Prothese in Prothesenreinigungsmittel gelegt werden
- ggf. 1x pro Woche in 0,1 % Chlorhexidin-Lösung

21

4

Zahnarzt rufen

Mund-Pflege in der Pflege



Prothese
drückt,
schneidet ein

Dr. P. Wöhrl

22

Professionelle Zahnreinigung in der Pflege

1 min. vor der Behandlung mit 10ml

0,2% CHX

spülen lassen ! Schleimantiseptik gemäß RKI 2006

- erhebliche Reduktion der Mundhöhlenflora bzw. des Aerosols
- vor chirurgischen Eingriffen
- vor PZR und allen zahnärztlichen Maßnahmen
- Vermeidung von Bakterienübertragung auf das Behandlungsteam(Cave: Multiresistente Keime)
- Verbesserung der Wundheilung, Verhinderung von postoperativen Bakteriämien

nach Dr. Dirk Bleiel, Rheinbreitbach

23

Arzneimittelnebenwirkungen

→ **Verminderte Speichelsekretion**

Einfluss auf Kauaktivität, Verdauung,
Infektabwehr und Reparaturmechanismen
in der Mundhöhle

24

Mundtrockenheit

Anamnese:

- Probleme beim Kauen, sprechen und schlucken
- Brennen im Mundbereich
- ggf. Gliederschmerzen, Kopfschmerzen
- Karies besonders am Zahnhals

25

Mundtrockenheit

Therapie:

- ausreichende Flüssigkeitszufuhr
- Behandlung der Grunderkrankungen
- ggf. Medikation ändern
- Mundspülungen mit Enzymen (Lactoferrin)
- Künstliche Speichellösungen (Carboxymethylcellulose oder Hydroxymethylcellulose)
- ggf. medikamentöse Speichelstimulation (Pilocarpinhydrochlorid, Salagen®):

26

Schluckstörungen

Erkrankungen, die eine Dysphagie zur Folge haben können

Wir unterteilen in Dysphagien, die unmittelbar nach einem Ereignis auftreten:

- Apoplex (jährlich ca. 270.000 Menschen, ca. 70.000 Menschen versterben an den Folgen)
- Schädelhirnverletzungen (z. B. Schädel-Hirn-Trauma, hypoxischer Hirnschaden)
- Tumore (Kopf-, Hals- und Mundtumore)

Logopädische Praxengemeinschaft Kerstin Schlee

27

Schluckstörungen

Erkrankungen, die eine Dysphagie zur Folge haben können

...und Dysphagien, die im Verlaufe der Erkrankung auftreten

- Demenz
- Parkinson
- weitere neurologische Erkrankungen wie z.B. Multiple Sklerose, Chorea Huntington, Myasthenien, Amyotrophe Lateralsklerose, ...
- COPD

Logopädische Praxengemeinschaft Kerstin Schlee

28

IHRE ANMELDUNG

JA, ich möchte die zahnärztliche Betreuung in Anspruch nehmen.

Name _____

Pflegeeinrichtung _____

Datum, Unterschrift – ggf. Behauer/Bevollmächtigter _____

Bitte trennen Sie Ihre Anmeldung ab und geben Sie diese ausgefüllt an Ihre Pflegeeinrichtung zurück.

ZAHNÄRZTLICHE BETREUUNG

Zur Umsetzung des Pflegekonzeptes arbeitet Ihre Pflegeeinrichtung eng mit Zahnärzten in der Nähe zusammen.

Der gegenseitige Austausch und das persönliche Gespräch mit den Patienten ist eine wichtige Voraussetzung für die Erhaltung und Förderung der Mundgesundheit.

Wichtiger Informationen:
Zahnärztin-kammer Schleswig-Holstein
 Prävention
 Westring 495, 24104 Kiel
 Telefon: 0431 26 09 26 70
 E-Mail: prevention@zka-sh.de
 www: zka-sh.de

Wir danken dem Informationszentrum Zahngesundheit Baden-Württemberg (IZZ) für die Erlaubnis zur Weiterentwicklung dieses Flyers für Schleswig-Holstein.

In Interesse der besten Lesbarkeit wurde auf geschlechtsspezifische Formulierungen verzichtet. Personenbezogene Bezeichnungen beziehen sich auf alle Geschlechter.
 Stand: August 2020 | Bildnachweis: stock.adobe.com

MUNDGESUNDHEIT

für Menschen in der Pflege

Essen können, was Ihnen schmeckt?
 Fröhlich lachen, ohne sich zu gemieren?
 Frischer Atem?
 Wir helfen Ihnen dabei!



Pflegekonzept zur Erhaltung und Förderung der Mundgesundheit für Bewohnerninnen und Bewohnern von Pflegeeinrichtungen

1

DAS PFLEGEKONZEPT

Mund- und Zahnpflege sind gerade bei älteren pflegebedürftigen Menschen wichtig für die Lebensqualität und die Gesundheit.

Viele Pflegebedürftige sind jedoch bei der täglichen Mundhygiene auf Hilfe angewiesen.

Zahnärzte haben deshalb ein praxisgerechtes Konzept zur Erhaltung und Förderung der Mundgesundheit pflegebedürftiger Menschen entwickelt.

In Kooperation mit Pflegeeinrichtungen, durch u. a. fundierte Schulungen des Pflegepersonals, werden im Bereich Alterszahnkunde gute Ergebnisse erzielt.

„Gesund beginnt im Mund“ – Lassen Sie uns gemeinsam vorsorgen!

DIE ZIELE

- Förderung der Mundgesundheit
- Förderung der Allgemeingesundheit
- Steigerung der Lebensqualität
- Verbesserung der zahnärztlichen Betreuung in Pflegeeinrichtungen
- Verbesserung der Durchführung von Zahn- und Mundpflege durch Schulungen der Pflegekräfte

DER RATGEBER

Die Bundeszahnärztekammer hat einen informativen Ratgeber sowie a mehrteilig Kurzfilme zum Thema Mundhygiene für den Einsatz zu Hause und in Pflegeeinrichtungen entwickelt.

Diese berühren die für die Pflege bedeutsamen Themen „Zahnbelag“, „Ernährung“ und „Warnzeichen für die Zahn- und Mundgesundheit“ sowie „Biksen für die allgemeine Gesundheit“. Hilfsmittel für die Pflege der Mundhöhle, die Reinigung der Zähne sowie die Möglichkeiten der Prothesenreinigung werden erläutert.

Der Ratgeber, wie auch die Kurzfilme, sind auch für pflegende Angehörige geeignet, die keinen wohnen, Zähne und Zahnersatz zu erhalten.

Fragen Sie Ihren Zahnarzt danach.





Code mit dem Smartphone abrufen und Kurzfilm anschauen


Code mit dem Smartphone abrufen und Handbuch lesen



2

Informationsvideos auf YouTube

- Start
- Shorts
- Absos
- Mediathek
- Verlauf



Bundeszahnärztekammer (BZÄK)
61 Abonnenten

ÜBERSICHT VIDEOS PLAYLISTS COMMUNITY KANÄLE KANALINFO

Webseite


Abonnieren

Melde dich an, um Videos mit 'Mag ich' zu bewerten, zu kommentieren und um Kanäle zu abonnieren.


Zugang für die Videos:
<https://www.youtube.com/channel/UCfkWZiiGC74Pz8EMCkaH4VA/videos>

Information rund um das Thema Zahngesundheit, Pflege und Ernährung !


3




Zahnfleischbluten ist nicht cool
532.342 Aufrufe · vor 4 Wochen




Liegt es am Essen - oder an Parodontitis?
746.849 Aufrufe · vor 7 Monaten




Schlecht gepflegte Zähne können krank machen - Risikofaktoren für...
422 Aufrufe · vor 7 Monaten




Mundgesundheit bringt Lebensqualität (2016)
119 Aufrufe · vor 7 Monaten




Gezielt Erkrankungen vorbeugen - Zahnpflege für Pflegebedürftige...
197 Aufrufe · vor 7 Monaten




Tipps zur Zahn- und Mundpflege bei pflegebedürftigen Senioren (2016)
414 Aufrufe · vor 7 Monaten




Problem Mundtrockenheit - Reinigung und Befeuchtung der...
187 Aufrufe · vor 7 Monaten




Medikamente im Mund anwenden - Einsatz von Medikamententräger...
54 Aufrufe · vor 7 Monaten




Zahnersatz - Teilprothesen oder Vollprothesen richtig einsetzen un...
346 Aufrufe · vor 7 Monaten



Herausnehmbarer Zahnersatz - Prothesen richtig reinigen (2016)
319 Aufrufe · vor 7 Monaten




Zahnprothesen - Korrekte Anwendung von Haftcreme (2016)
353 Aufrufe · vor 7 Monaten



Tipps für die Mundpflege bei Menschen mit Behinderung (2016)
333 Aufrufe · vor 7 Monaten

4



The image displays a grid of six video thumbnails, each with a title and view count. The thumbnails are arranged in two rows of three. The first row contains: 1) 'Suppe oder Kauen? Zahngesunde Ernährung im Alter (2016)' with 72 views; 2) 'Entzündungen im Mund entdecken - Kontrolle der Mundhöhle (2016)' with 179 views; 3) 'So geht Hygiene! (2021)' with 74 views; 4) 'Keine Angst vor HIV in der Zahnarztpraxis! (2017)' with 61 views. The second row contains: 5) 'Zahnärztliche Patientenberatung (2018)' with 40 views; 6) 'Zahnärztliche Patientenberatung (Gebärdensprache) (2021)' with 51 views.

Thumbnail	Title	Views
1	Suppe oder Kauen? Zahngesunde Ernährung im Alter (2016)	72
2	Entzündungen im Mund entdecken - Kontrolle der Mundhöhle (2016)	179
3	So geht Hygiene! (2021)	74
4	Keine Angst vor HIV in der Zahnarztpraxis! (2017)	61
5	Zahnärztliche Patientenberatung (2018)	40
6	Zahnärztliche Patientenberatung (Gebärdensprache) (2021)	51