

Kommunikation bei Einschränkungen durch Demenz und bei Abwehrverhalten

- ruhige Umgebung, wenige Personen, angenehme, warme Raumtemperatur
- Nutzung von Tagesphasen mit besserer Kommunikationsfähigkeit des Pflegebedürftigen
- Kontaktaufnahme mit viel Respekt und Freundlichkeit im Sichtfeld des Pflegebedürftigen
- in tieferer Stimmlage, langsam und in kurzen Sätzen sprechen
- Begrüßung mittels Vorstellung des Namens und Nennung des Namens des Pflegebedürftigen
- Aktivierung des Pflegebedürftigen durch sanfte Berührung am Unterarm, dann an Schulter und zuletzt am Kopf
- Einstimmung durch ritualisierte Abläufe wie Sitzen vor dem Waschbecken mit Spiegel oder Anreichen des Mundspülbechers und der Zahnbürste
- Demonstration der Bewegungsabläufe oder Führung der Hand beim Zähneputzen
- Wiederaufnahme der Kommunikation bei Abbruch; Wiederholungen und Komplimente

Tipps und Erklär-Videos zur aktivierenden und unterstützenden Mundpflege:

- Auf der Webseite der Hochschule für Angewandte Wissenschaften Neu-Ulm finden Sie Informationen und Handlungsempfehlungen zu allen Themen der Mundgesundheit. Zwei Videos veranschaulichen und erklären z. B. die Mundpflege sitzend am Waschbecken und die Mundpflege liegend im Bett: www.mund-pflege.net (Rubrik „Unterstützende Mundpflege“).



- „Handbuch der Mundhygiene“ und Erklär-Video „Tipps zur Zahn- und Mundpflege bei pflegebedürftigen Senioren“ der Bundeszahnärztekammer und des Zentrums für Qualität in der Pflege: www.zaek-berlin.de/pflegebeduerftige



Mundhygieneplan für:		Kontakt Zahnärztin/Zahnarzt:	
<input type="radio"/> allein durch Pflegepersonal <input type="radio"/> mit Unterstützung <input type="radio"/> selbstständig	Mund, Zähne, Zahnersatz reinigen:	Teil-/Prothese Oberkiefer	<input type="checkbox"/>
		Teil-/Prothese Unterkiefer	<input type="checkbox"/>
		Prothesen über Nacht im Mund	<input type="checkbox"/>
		Bemerkungen:	
		letzte Aktualisierung:	
In Zusammenarbeit mit:			

Hilfreich für die Umsetzung der individuellen Mundhygiene in Pflegeeinrichtungen: Der Mundhygieneplan (Pflegeampel) ist eine beschreibbare, wasserabweisende Haftfolie für den Badezimmerspiegel. Die Haftfolie in Postkartengröße kann unter www.zaek-berlin.de/patienten zum Selbstkostenpreis bestellt werden.

Bei der Ernährung auf rohes, nitratreiches Gemüse und Omega-3-Fettsäure achten

Die mundgesundheitsfördernde Ernährung soll das Kauen anregen, faserreiche Ballaststoffe, Mikronährstoffe, wie Vitamine und Mineralien und nitratreiche Gemüse enthalten. Zu den herkömmlichen nitratreichen Gemüsesorten zählen z. B. Rucola, Kopfsalat, rote Beete, Feldsalat, Spinat, Brokkoli und Kohlrabi.

Ein ausgewogenes Verhältnis von Omega-6- zu Omega-3-Fettsäuren kann durch das Angebot von Walnüssen, Walnuss-, Lein- und Rapsöl oder Hering, Lachs, Rotbarsch und Makrele erreicht werden. Neben Gemüse und Omega-3-Fettsäure sind Vollkornprodukte, Antioxidantien wie Beerenobst, Brokkoli und Äpfel zu empfehlen. Bei Bedarf Gemüse, Obst und Nüsse zerkleinern.



Bei Schlaganfall-, Parkinson- und Demenzerkrankten

ist beständige Hilfe und Unterstützung bei der

Mund- und Zahnpflege erforderlich!

Umgang mit Mundtrockenheit

- für ausreichend Flüssigkeitsaufnahme sorgen
- Befeuchten der Mundhöhle alle zwei bis drei Stunden z. B. mit Fenchel- oder Pfefferminztee (ohne Zucker)
- Lösen von Verkrustungen mittels Tees
- Medikationsplan bezüglich der Auswirkungen auf die Speicheldrüsenfunktion prüfen lassen
- Speichelstimulation durch zuckerfreies, xylithaltiges Kaugummi, zuckerfreie Lutschtabletten oder medikamentös
- Speichelersatz und Hafttabletten mit basischem pH-Wert



Hilft gegen die Mundtrockenheit: viel trinken.

Bei diesen Anzeichen sollten Pflegebedürftige zahnärztlich untersucht werden

- bei Zahnschmerzen und anderen Schmerzen, Schwellung oder Verletzung im Mund-, Kiefer- und Gesichtsbereich
- Zahnfleischbluten oder Schleimhautveränderungen
- scharfe Kanten an Zähnen oder Zahnersatz
- trockene, rissige Lippen
- Probleme beim Abbeißen, Kauen oder Schlucken
- Probleme bei der Mundpflege oder mit dem herausnehmbaren Zahnersatz
- Mundtrockenheit oder Mundgeruch

Ergänzend zur häuslichen Mund- und Zahnpflege zweimal jährlich zur Kontrolluntersuchung zum Zahnarzt gehen und soweit möglich eine professionelle Zahnreinigung durchführen lassen.

Zahnmedizinische Vorsorge und frühzeitige Behandlung sind entscheidend

Zahnärztinnen und Zahnärzte kontrollieren und reparieren Zähne und Zahnersatz. Sie geben Hinweise zur Mundgesundheit und stellen Rezepte z. B. für verschreibungspflichtige Zahnpasta bei (besonders) hohem Kariesrisiko aus. Sie schätzen ein, wann die nächste Untersuchung stattfinden sollte. Haus- und Heimbesuche können vereinbart werden.



Wir kümmern uns um Ihre pflegebedürftigen Angehörigen – sprechen Sie uns an!

ZAHNÄRZTPRAXIS ODER EINRICHTUNG:

Weitere wichtige Informationen rund um die Zahngesundheit finden Sie unter www.zaek-berlin.de/patienten



ZAHNÄRZTEKAMMER BERLIN

Herausgeber: Zahnärztekammer Berlin K.d.ö.R.
Stallstraße 1, 10585 Berlin | Tel. (030) 34 808 0 | info@zaek-berlin.de



Quellen: Bundeszahnärztekammer, Posterflyer: „12 Tipps zur Mund- und Zahnpflege im Pflegealltag“; Bundeszahnärztekammer (Hrsg.): „Handbuch der Mundhygiene“; Bündnis Gesund Älter werden im Land Brandenburg; Kassenzahnärztliche Vereinigung Nordrhein: „Zahngesundheit bei Pflegebedürftigen“; www.mund-pflege.net; Zentrum für Qualität in der Pflege: „Mundpflege – Praxistipps für den Pflegealltag“; | Bilder: Alexander Rieths - AdobeStock; Landes Zahnärztekammer Baden-Württemberg/ZAK Berlin; mund-pflege-3D/www.mund-pflege.net; Zahntechnik Antje Wilmerstaedt; ZAK Berlin/axentis

Stand: Oktober 2023

Eine Information der Zahnärztekammer Berlin

Mundgesundheit bei Pflegebedürftigen

Mehr Lebensqualität durch richtige Zahnpflege



Tipps für die Zahngesundheit

Mundpflege ist wichtig für das Wohlbefinden und für die Nahrungsaufnahme

Gute Mundgesundheit bedeutet, ohne Einschränkung kauen, essen, deutlich sprechen, lächeln und ohne Mundgeruch kommunizieren zu können.

Bei pflegebedürftigen Menschen ist gute Mundpflege besonders wichtig, um Schmerzen, Infektionen, Probleme beim Kauen oder Schlucken bis hin zur Mangelernährung zu vermeiden.

Mundpflege umfasst die Reinigung des Mundes, der Schleimhaut, der Zunge, der Zähne, des Zahnfleisches und des Zahnersatzes in allen Formen.

Herausnehmbaren Zahnersatz nach jeder Mahlzeit

ausgliedern, abspülen, Mund ausspülen lassen

und Zahnersatz wieder eingliedern.

Wenn Sie Pflegebedürftige bei der Mundpflege unterstützen, ermöglichen Sie ihnen so viel Eigenständigkeit wie es deren Fertigkeiten erlauben, besonders beim Ein- und Ausgliedern von Zahnprothesen.

Welche typischen Mundprobleme tauchen bei Pflegebedürftigen auf?

Mit zunehmendem Alter bildet sich das Zahnfleisch zurück und die Zahnhäse werden anfälliger für Karies. Durch lockere oder fehlende Zähne, schlecht sitzende Zahnprothesen oder falsche Prothesenpflege kann es zu Problemen beim Essen, zu schmerzhaften Druckstellen oder Entzündungen kommen. Oft haben pflegebedürftige Menschen einen trockenen Mund, z. B. weil sie wenig trinken oder wegen bestimmter Medikamente nicht genügend Speichel produzieren.

Mundpflege und Hilfsmittel bei Zähnen und Zahnersatz

Bei natürlicher Bezahnung und bei Implantaten

- Zahnbürste mittelhart oder weich (bei umgebogenen Borsten oder spätestens nach 3 Monaten wechseln)
- Zahnpaste mit einem Fluoridgehalt von 1400–1450 ppm
- Zahnzwischenraumbürsten in passenden Größen ohne Metallkern (Draht)
- Zungenschaber
- Mundspülbecher
- Handtuch
- Fettcreme für die Lippen
- Einmalhandschuhe und Mundschutz für die Pflegenden

Für herausnehmbaren Zahnersatz (Zahnprothesen)

- Prothesenzahn- und Reinigungsbürste
- Prothesenreinigungsmittel
- Reinigungstabletten
- Aufbewahrungsschale

Bei höherem Pflegebedarf

- Zahnbürste mit Griffverstärkung, elektrische Zahnbürste oder Dreikopfzahnbürste
- Nasenausschnittsbecher
- Zahnbänkchen aus Schaumstoff zum Beibehalten der Mundöffnung
- Mundspüllösungen
- Zahnpaste mit einem Fluoridgehalt von 5000 ppm (rezeptpflichtig)
- Prothesenabzieher
- Prothesenhaftcreme
- Mundbefeuchtungsprodukte

Zahnpflegetipps

So erhalten Sie die Mundgesundheit bei Pflegebedürftigen:

- ✓ Zahn- und Mundpflege 2x täglich
- ✓ zahngesunde Ernährung
- ✓ Fluoridierung
- ✓ zweimal jährliche zahnärztliche Untersuchung
- ✓ viel trinken gegen Mundtrockenheit



Bei Aspirationsgefahr (Verschlucken) und bei Immunschwäche

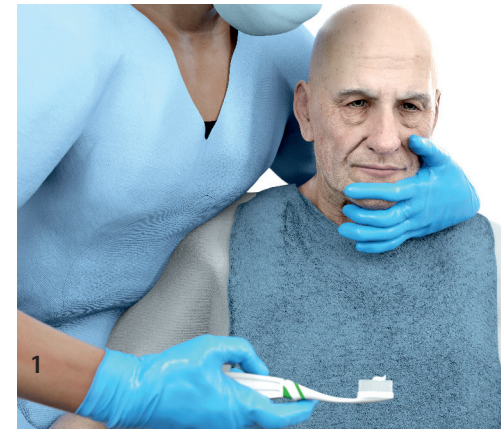
- Absaugzahnbürste, Absauger
- Kompressen aus Baumwolle
- steriles Wasser zum Auswischen des Mundes, der Zähne, Schleimhäute
- Nierenschale
- Desinfektionsmittel für Zahnbürsten bei Mehrfachverwendung am selben Tag
- täglich neue Zahnbürsten und Pflegemittel
- Taschenlampe

Die namentliche Kennzeichnung der Prothese verringert eine Verwechslungsgefahr.

Reinigung des herausgenommenen Zahnersatzes

Haftcremereste mit einer Kompresse abwischen und die Prothese ausspülen. Mit einer Prothesenzahnbürste und Prothesenreinigungsmittel Zähne und alle Verbindungselemente putzen. Nochmals unter fließendem Wasser abspülen. Zahnersatz vor dem Eingliedern auf Brüche und scharfe Kanten prüfen und unbeschädigten Zahnersatz eingliedern. Bei beschädigtem Zahnersatz einen Termin mit der Zahnarztpraxis vereinbaren.

Dreimal in der Woche den Zahnersatz mit einer Reinigungstablette zusätzlich im Wasserbad säubern. Nachts sollten Prothesen in einer sauberen, gut belüfteten Schale, trocken aufbewahrt werden. Vor dem Eingliedern erneut abspülen.



Vorbereitungen und gute Arbeitshaltung

- Alle Mundpflege- und Hilfsmittel für Zähne und Zahnersatz bereitlegen.
- gute Ausleuchtung
- Die Pflegebedürftigen sitzen auf dem Stuhl oder im Rollstuhl vor dem Waschbecken mit Wandspiegel (Abbildung 1).
- Die Pflegeperson stützt den Pflegebedürftigen an mehreren Punkten gut ab.
- ein Arm um den Kopf, Zeigefinger über dem Kinn, Mittelfinger unter dem Kinn, Daumen auf der Wange
- Bettlägerige werden am Kopfteil in halbaufrechte Position gebracht (Abbildung 2).
- Ausgliederungstechnik bei entsprechendem Zahnersatz beachten.

Verschlucken beim Essen und Lungenentzündung vermeiden

Eine aufrechte Körperhaltung und ein fester Fußkontakt am Boden sind unterstützend. Bei Rollstühlen durch Wegklappen der Fußstützen den Bodenkontakt herstellen. Den Oberkörper nach vorn und das Kinn etwas zur Brust neigen.



Durchführung der Mundpflege

- Lippen von Verkrustungen reinigen und mit Fettcreme vor dem Einreißen schützen.
- Mund mit Wasser ausspülen lassen oder Mund mit Kompressen auswischen.
- Herausnehmbaren Zahnersatz ausgliedern, vorreinigen (abspülen) und in die Schale legen.
- Bei Totalprothesen Mund aufblasen lassen oder Prothesenabzieher verwenden. Zuerst den kleineren Teil, dann den größeren entnehmen.
- Für natürliche Zähne und festen Zahnersatz (nicht zu viel) Zahnpaste auf die Bürste geben.
- Zahnflächen schrittweise und systematisch putzen. Dabei nacheinander alle Außenflächen, Innenflächen und Kauflächen reinigen. Jeweils zwei nebeneinanderstehende Zähne kreisend ohne harten Druck putzen. Beginnend von oben hinten links nach oben hinten rechts, danach unten hinten rechts und nach unten hinten links reinigen.
- Ausspülen und ausspucken lassen, wenn notwendig mit Tupfern auswischen.
- Zahnzwischenräume mit Interdentalbürsten reinigen.
- Zunge mit Zungenschaber reinigen.
- Mit Wasser und Tupfern Schleimhäute reinigen.
- Nochmals ausspülen und ausspucken lassen.