



# Utviklingscenter for sykehjem og hjemmetjenester

Akershus

## Hvordan undersøke munnhulen?

Presentasjon i ernæringsnettverk i Akershus 09.10.2019

Tannpleierstudent  
Nooralhuda Al-Rubaye



Fylkesmannen i Oslo og Viken



Utviklingscenter for  
sykehjem og hjemmetjenester  
Akershus

# Hvorfor gjennomføre en munnundersøkelse?

**Utelukke at problemer i munnen påvirker den generelle helsen.**

Målet med god munnhygiene er:

- Unngå at egne tenner går tapt.
- Opprettholde en tilfredsstillende tyggefunksjon.
- Unngå at sykdommer i munnen gir dårligere generell helse.
- Unngå smerter og ubehag i munnen.
- Ha et sosialt akseptabelt utseende.



Fylkesmannen i Oslo og Viken



**Utviklingssenter for  
sykehjem og hjemmetjenester**  
Akershus

## Man trenger kunnskap og ferdigheter for å gi god hjelp.

God munnhygiene gir:

- En god følelse av å ha rene tenner.
- Man føler seg bedre.
- Forebygger dårlig ånde.
- Man opprettholder et sosialt liv.



Fylkesmannen i Oslo og Viken



Utviklingscenter for  
sykehjem og hjemmetjenester  
Akershus

# Hva trenger vi for å gjennomføre en munnundersøkelse?

Det viktigste man trenger:

godt lys og hansker.



Foto: Folkehelseinstituttet.



Fylkesmannen i Oslo og Viken



Utviklingssenter for  
sykehjem og hjemmetjenester  
Akershus

# Hva skal vi undersøke?

- Munnslimhinner
- Tungen
- Tannkjøttet
- Tenner
- Proteser
- Munntørrhet



# Munnslimhinner

Se på innsiden av kinn, innsiden av leppene, ganen og munngulv.

- Friske forhold: Lysrøde og fuktige munnslimhinner.
- Røde, tørre eller områder med belegg.

Sår med eller uten blødning i munnslimhinner.



Rødfarget og glatt overflate i tannkjøttet.  
Foto: UiO



Rødhet i ganen og slimhinner. Protesesignag.  
Foto: UiO



Normalt utseende på tannkjøtt og slimhinner.  
Foto: UiO



# Tungen

Friske forhold:

Lyserød, fuktig med papiller. Papiller er de små utvekstene som dekker oversiden av tungeslimhinnen, og gjør at tungen har ruglete overflate.

Tungen skal pusses hver dag.

Ingen papiller, rød og tørr. Sår med eller uten blødning, blemmer.



Friske forhold, tunge og tannkjøtt.

Foto: UiO



Fylkesmannen i Oslo og Viken



Utviklingscenter for  
sykehjem og hjemmetjenester  
Akershus



# Tannkjøtt

Ved friske forhold er tannkjøttet lysrødt og ligger stramt inntil tennene.

Dersom tannkjøttet er rødt og hovent:

- Tannpuss.
- Rengjøring mellom tennene.

Ved blødning i tannkjøttet over tid, kontakt tannklinikken.



Foto: Norsk tannvern.



Fylkesmannen i Oslo og Viken



Utviklingscenter for  
sykehjem og hjemmetjenester  
Akershus



# Tenner

Se på tennene: Er alle tennene hele?

Se etter:

- Knekt tann?
- Mistet fylling?
- Hull i tennene?
- Har pasienten symptomer, ubehag, smerte?

Kontakt tannklinikken.



Hull i tennene. Foto: UiB.



Knekt tann. Foto: Tannhelse Rogaland FKF



Ved belegg eller matrester:

- Tannpuss
- Rengjøring mellom tennene



Foto: Sykepleien.no



Fylkesmannen i Oslo og Viken



Utviklingscenter for  
sykehjem og hjemmetjenester  
Akershus

# Protese

1: Sjekk at protesen passer og er hel.

Dersom protesen ikke passer eller ved skader på protesen: Kontakt tannklinikken.

2: Ved belegg eller matrester på protese:

- Helprotese
- Delprotese



Foto: Norsk tannvern.



# Munntørrhet

Munntørrhet er vanlig hos eldre.

- Nedsatt spyttsekresjon. Skjer ved økende alder.
- Medikamentbruk. Forskning viser at ved bruk av 6 legemidler eller mer, er det stor sannsynlighet for munntørrhet.
- Andre årsaker kan være: diabetes, Sjøgrens syndrom og effekt av bestråling mot spyttkjertlene

Bruk en teskje og «dra» skjeen over kinnslimhinnen.

- Ved friske forhold glir skjeen lett
- Ved munntørrhet vil skjeen ikke gli

Tiltak: spyttstimulerende - eller spytterstatningsmidler, smøre med glyserolblanding (1del 85% glyserol og 4 deler vann)

