

Pflegende Angehörige: Unterstützung bei der Mundhygiene

Wenn Menschen pflegebedürftig werden, brauchen sie oft auch bei der täglichen Zahn- und Mundhygiene Unterstützung.

Eine regelmäßige Mundhygiene ist wichtig, um die Zähne und das Zahnfleisch gesund zu erhalten. Mit gepflegten Zähnen und Zahnersatz erhöht sich die Lebensqualität, weil damit ein problemloses, schmerzfreies Essen möglich ist. Mundgeruch, der häufig bei unsauberen Zähnen und entzündetem Zahnfleisch auftritt, kann vermieden werden. Es erhöht das Wohlbefinden erheblich, wenn Zähne und Zahnersatz gepflegt sind.

Ab welchem Zeitpunkt benötigt der Pflegebedürftige Unterstützung?

Die eigenständige Mundhygiene fällt immer schwerer und ist oft nicht mehr gewährleistet, wenn die motorische Geschicklichkeit abnimmt oder die Sehkraft nachlässt. An Demenz erkrankte Menschen vergessen oft einfach die Zahnpflege. Das Nachlassen der körperlichen und geistigen Fähigkeiten ist meistens ein langsamer Prozess, bei dem die Mundhygiene individuell unterstützt oder vollständig von dem betreuenden Angehörigen übernommen werden muss.

Bei beginnender Einschränkung ist ein Erinnern an die Mundhygiene und ggf. auch eine Kontrolle erforderlich.

Wenn der Pflegebedürftige stärkere Einschränkungen hat, aber bemüht ist, die Zahnpflege, soweit es geht, selbständig auszuführen, können Hilfsmittel wie ein Griffverstärker für die Zahnbürste, die Handhabung erleichtern. Eine elektrische Zahnbürste vereinfacht die Zahnpflege ebenfalls erheblich.

Wenn die Zahnpflege nur noch schwer oder gar nicht mehr vom

Pflegebedürftigen geschafft wird, dann müssen die Zähne von dem betreuenden Angehörigen geputzt oder nachgereinigt werden.

Wie können Sie Ihrem Angehörigen helfen?

Der Mundraum wird als sehr intimer, sensibler Bereich empfunden. Viele Menschen tun sich schwer damit, sich bei der Mundhygiene helfen zu lassen. Als Angehöriger brauchen Sie dafür Verständnis und Einfühlungsvermögen.

- Wenn Sie bei der Zahnpflege unterstützen, stellen Sie sich am besten hinter den Pflegebedürftigen, der, wenn es möglich ist, aufrecht sitzt, und stützen seinen Kopf mit Ihrem Oberkörper ab.

- Tragen Sie Einmalhandschuhe und entfernen Sie herausnehmbaren Zahnersatz.

- Halten Sie den Unterkiefer mit einem Arm fest und putzen Sie die Zähne am besten mit einer elektrischen Zahnbürste gründlich von allen Seiten. Benutzen Sie dabei fluoridhaltige Zahnpasta.

- Reinigen Sie auch die Zahnzwischenräume vorsichtig mit Zahnseide oder Interdentalbürstchen.

- Der herausnehmbare Zahnersatz wird immer außerhalb des Mundes gereinigt. Verwenden Sie dazu eine Prothesenbürste und ein mildes Reinigungsmittel. Spezielle Produkte dafür gibt es in der Drogerie.

- Wenn der Pflegebedürftige in der Lage ist sicher auszuspülen, sollte mit einer fluoridhaltigen Mundspüllösung nach dem Zähneputzen gespült werden, um die Kariesanfälligkeit der Zähne zu reduzieren. Danach nicht mehr mit Wasser spülen.

Was können Sie zusätzlich tun?

Bei der Mundhygiene haben Sie einen guten Einblick in die Mund-



Zahnärztin Sabine Joachim hat ihre Praxis in Hannover-Mittelfeld und informiert Sie über interessante zahnmedizinische Themen.

höhle und können diese auf Veränderungen untersuchen. Schauen Sie nach Rötungen, weißen oder dunklen Veränderungen am Zahnfleisch. Vielleicht fallen Ihnen auch Veränderungen an den Zähnen, herausgefallene Zahnfüllungen oder gelockerte Zähne auf. Schauen Sie bei der Prothesenreinigung nach, ob der heraus-

nehmbare Zahnersatz intakt ist. Wenn Ihnen Veränderungen auffallen, sollten diese zahnärztlich abgeklärt werden.

Bei Pflegebedürftigen, die die Zahnarztpraxis nicht aufsuchen können, sind Hausbesuche möglich. Sie bekommen auch individuelle Empfehlungen für die häusliche Zahnpflege. ■

- Ästhetische Zahnheilkunde (z. B. zahnfarbene Füllungen, Keramikinlays, Bleaching)
- Hochwertiger Zahnersatz
- Kiefergelenksdiagnostik
- Zahnerhalt durch Endodontie (Wurzelkanalbehandlung)
- Professionelle Zahnreinigung
- Kinderbehandlung
- Behandlung in Vollnarkose oder Sedierung



Sabine Joachim
Zahnärztin

Oppelner Weg 4
30519 Hannover
Tel.: 0511-86 47 97
Fax: 0511-86 48 70
info@zahnaerztin-mittelfeld.de
www.zahnaerztin-mittelfeld.com