

## Munvård vid demenssjukdom

Tandborstning kan vara svårt för den som har en demenssjukdom. Försök att hjälpa din närstående att *förebygga* problem, till exempel karies. Att få behålla sina tänder är mycket värdefullt för den som har en demenssjukdom. Om tänderna går förlorade så mister personen sitt tuggmönster och det kan bli svårt att lära sig använda en avtagbar protes.

Här är några tips på hur du kan hjälpa din närstående att hålla tänderna rena:

- Skapa en förtroendefull relation. Om din närstående känner förtroende för dig så ökar möjligheterna att få hjälpa till.
- Många demenssjuka personer kan klara av att borsta sina egna tänder ganska långt fram i sjukdomsförloppet. Kanske får du ge stöd genom att ta fram tandborsten och ge lite starthjälp. Om din närstående behöver handgriplig hjälp med tandborstningen så tänk på att det kan vara känsligt eftersom munnen är en intim zon.
- Ta till knep som att sjunga en stump. Försök göra situationen så trevlig som möjligt genom att skapa en avslappnad atmosfär.
- Bevara de rutiner kring tandborstningen som din närstående är van vid. Nya moment kan vara svåra att föra in och skapar ofta osäkerhet och rädsla.
- Stöd din närstående att borsta tänderna två gånger per dag, helst morgon och kväll. Om det är svårt så försök att göra det ordentligt en gång per dag.
- Om din närstående äter lite och ofta ökar risken för karies. Vid muntorrhet, som är vanligt bland äldre personer, ökar risken ytterligare. Använd därför gärna tandkräm med hög fluorhalt, fluortabletter eller salivstimulerande medel på Apoteket.
- Var observant på tecken på ohälsa i munnen. Det kan visa sig som att din närstående vägrar att äta, blir aggressiv och orolig samt ett annorlunda ansiktsuttryck. Även feber kan bero på tandinfektion.