



# Suun terveyden vaikutus ravitsemustilaan

hll Maija Kalliomäki  
Porin perustuva  
Satakunnan sairaanhoitopiiri



# SUUN TERVEYS JA IKÄÄNTYMINEN

- ✓ Erot seniorien välillä suuria (eivät ole homogeeninen ryhmä ihmisiä)
- ✓ Suun terveyteen vaikuttavia tekijöitä useita: esimerkiksi koulutus, sukupuoli, sosioekonominen asema
- ✓ Alle 10% eläkeikäisistä hampaattomia (Duodecim)
- ✓ Haaste hammaslääkärille: seniorit vanhenevat hampaat paikoillaan, minkä vuoksi hammashoidon tarve usein lisääntyy iän karttuessa
- ✓ Vievät paljon hoitoaikaa (pelkästään tuoliin siirtyminen esimerkiksi nosturin avulla voi kuluttaa tavanomaisen hoitokäynnin verran aikaa)
- ✓ Korkeat kustannukset (pyritään välttämään esh:n siirtämistä)
  - ✓ Hammaslääkärin toimenkuva murroksessa?



# MIKSI HAMPAIDEN & SUUN PITÄISI OLLA KUNNOSSA

## MIKSI HAMPAIDEN & SUUN PITÄISI OLLA KUNNOSSA

- ✓ Pureminen/syöminen, puhuminen, nieleminen, ulkonäkö?, kipu?
- ✓ Hoitotasapaino yleissairaudet? Suun matala-asteisen tulehdustilan vaikutus?
- ✓ Diabetes, sydän- ja verisuonisairaudet (eniten tutkitut?)
- ✓ Nopeammin esimerkiksi tarpeellisiin leikkauksiin, mikäli hampaat tarkastetaan / hoidetaan säännöllisesti?



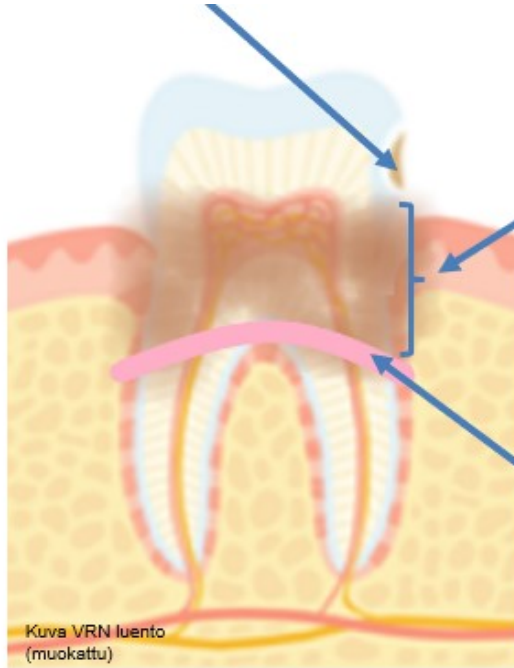
# YLEISET SUUN ONGELMAT SENIORILLA

- ✓ Reikiintyminen (karies)
- ✓ Iensairaudet (gingiviitti /  
parodontiitti)
- ✓ Limakalvo-ongelmat (stomatiitti &  
sieni-infektio)
  - ✓ suun kuivuminen
- ✓ Purentavaivat



# REIKIINTYMINEN = KARIES

kruunukaries



Juurikaries

- ✓ Juuren pinnat tulevat helposti esiin ja reikiintyvät
- ✓ Juuren pinnalla ei ole kiillettä suojaamassa!
- ✓ Paikkaus onnistuu heikosti
- ✓ Usein hammas katkeaa tyvestä ienraja

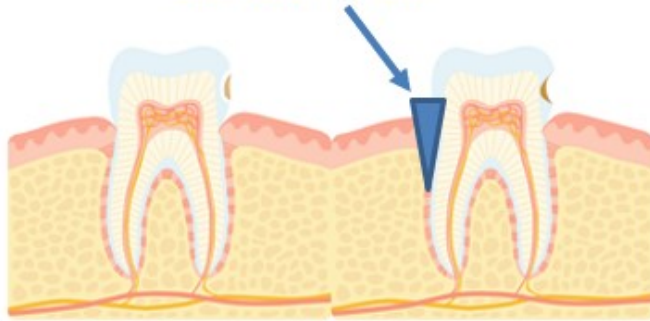
Kuva VRN luento  
(muokattu)

Kuva VRN luento  
(muokattu)



# REIKIINTYMINEN JA IENSAIRAUDET

1. Tulehdus edennyt leukaluuhun = parodontiitti  
Bakteerit pääsevät ientaskun kautta leukaluuhun  
sekä verenkiertoon.



Tulehtunut hammas arkikielessä =  
hampaasta lähtöisin oleva tulehdus on  
leukaluussa asti

Leukaluun kautta bakteereilla yhteys  
verenkiertoon, jolloin tulehtunut hammas  
voi vaikuttaa yleisterveyteen



2. (Syvä) reikä = hampaan ydin voi tulehtua  
Bakteerit pääsevät juurikanavaa pitkin leukaluuhun



# LIMAKALVO-ONGELMAT STOMATIITTI JA SIENI-INFEKTIO

- ✓ Stomatiitti = suutulehdus
  - ✓ Limakalvot suussa punoittavat / kirvelevät
- ✓ Sieni-/hiivainfektio = usein valkoinen ”raaputettava” kate tulehtuneen limakalvon päällä

- ✓ Ikääntyminen itsessään ei aiheuta suun kuivumista (hyposalivaatiota), mutta syljen koostumus usein muuttuu (venyvämpää, juoksevampaa)



# SUUN KUIVUMINEN

- ✓ Hyposalivaatio = syljen tuotanto heikentynyt
- ✓ Kserostomia = ihmisen oma tunne kuivasta suusta

Vaikuttavia tekijöitä:

- ✓ yleissairaudet (reuma, diabetes, Parkinsonin tauti)
- ✓ lääkitykset (RR, nesteenpoistolääkkeet, psykelääkkeet, allergia)
- ✓ (sädehoito leuan alueelle)
- ✓ heikentynyt pureskeleminen (hammasparien määrä riittävä?)
- ✓ kesän helteet, juominen





## PURENTAVAIVAT

- ✓ Yleinen vaiva ikäihmisellä (n 1/3 haastetta syömisessä)
- ✓ Riittävä määrä hampaita noin 20 (olennaisempi asia purentaparien määrä kuin hampaiden varsinainen lukumäärä)

Lohjennut/katkenut hammas (juurikaries)  
Terävä reuna rikkonut kielen

Kuiva suu  
Kieli rikki (tulehtunut sekä turvonnut)  
Syöminen ei onnistu kivun vuoksi



Kuva MK



Oma hoito / suuhygienia  
(toimintakyky)

Yleissairaudet

Lääkitykset

Päihteet (tupakka  
& alkoholi)

Kiinnityskudossairaudet

Reikiintyminen

Suun kuivuminen  
(stomatiitti & sieni-infektio)

Kipu

Hampaattomuus  
(hampaiden menetys)

Elämänlaatu

Syöminen (ravitsemus)

Ulkonäkö

Haasteet hampaiston suhteen usein kumuloituvat



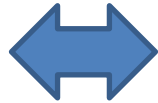
Oli hampaissa/suussa mikä ongelma tahansa : KUKA VALVOO  
TUKEE JA TOTEUTTAA HAMPAIDEN HARJAUKSEN JA  
HAMMASHUOLLON AMMATTILAISEN ANTAMIEN MUIDEN HOITO-  
OHJEIDEN TOTEUTUMISEN IÄKKÄÄLLÄ?

- ✓ Ikäihminen itse?
- ✓ Omaishoitaja? Kotihoito?
- ✓ Hoitolaitos?
  - ✓ Resurssit? Tietämys suun sairauksista?



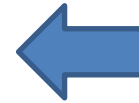
# IKÄÄNTYNEEN SUUN TERVYDENHOITO MONIAMMATILLISESTI

Hoitava taho /  
yksikkö  
(käytännössä  
**hoitaja**) huolehtii  
suun hoidon  
toteutumisesta  
tehdyn  
suunnitelman  
mukaan



## **Ikäihmisen palvelusuunnitelma**

Tavoite: yksilöidyt  
kotihoito-ohjeet ja  
miten toteutetaan  
(tarvitseeko  
ikäihminen apua?)



**Ikäihmisten  
työryhmä**  
(hammashoito)  
Kaikki **hampaan  
ammattiryhmät**  
edustettuna (**hoitajat,  
hygienistit ja  
lääkärit**)

Palvelusuunnitelman  
suositukset



# IKÄÄNTYNEEN SUUN TERVEYDENHOITO MONIAMMATILLISESTI

Tavoite: senioreille (+ muistisairaahan kohdalla myös läheiselle tieto) lähetettäisiin kutsut tietyin aikaväleihin (vertaa lasten ikäkausikutsut). Nykyisellään ei realistinen resursseja ajatellen.

## Avusta riippuvainen ikäihminen:

- ✓ Suosituksena säännölliset tarkastukset. Yhteydenotot painottuvat nykyisellään akuuttien ongelmien hoitoon.
- ✓ Hoitaja/ omaishoitaja ottaa yhteyttä hampaan ajanvaraukseen avusta riippuvaisen ihmisen puolesta.
- ✓ **Ikäihmiset saavat ajan samoin ehdoin kuin muut kaupunkilaiset.** Hoito maksullista, sekä muiden +18v kanssa samoin ehdoin (eivät mene ”ohi” jonojen).
- ✓ Nimetyt hygienistit (hampaan ikäihmisten työryhmä) kiertävät hoitolaitoksissa. **Tilanne pyritään tarkistamaan ja mahdollisuuksien mukaan hoitamaan hoitolaitoksessa, mikäli avusta riippuvaisen ihmisen siirtäminen hoitolaan varsin haasteellista** (vaatii esimerkiksi ambulanssin).



## Milloin otan yhteyttä hammashoitolaan?

Kun haluan varata ajan hammastutkimukseen tai vaivaa suussa (hammashuolto arvioi aina hoidon kiireellisyyden esimerkiksi lohkeamien suhteen)

### **AKUUTIT** tapaukset **SOITA AINA**

**AJANVARAUKSEEN:** (1) leuan ULKOINEN turvotus; etenkin jos suu ei avaudu turvotuksen vuoksi (2) kova hammassärky (3) proteesin pysyvyyden selkeä NOPEA heikkeneminen (4) selkeä silmin havaittava limakalvot rikkova lohkeama (5) kun syöminen ÄKISTI heikentynyt ilman havaittavaa syytä

Mahdolliset hammasperäiset sepsis-epäilyt ja muut erittäin vakavat tilat tulevat usein lääkärin läheteellä hammashoidon konsultaatioon.



## Yhteydenotto hammashoitolaan:

(1) Omaishoitajat (ja kotihoito) soittavat hampaan ajanvaraukseen, jossa tehdään hoidontarpeenarvio. Arvion perusteella ajanvaraus hoitolaan tai jätetään soittopyyntö (hygienisti tai lääkäri).

(2) Hoivakodista tai laitoksesta otetaan suoraan yhteyttä hygienisteihin ikäihmisten työryhmässä (hoivakodeilla / laitoksilla usein yhteystiedot) TAI voi soittaa myös hampaan ajanvaraukseen. Ajanvaraus tekee hoidontarpeenarvion kuten yllä.

Hygienistit konsultoivat h-lääkärinä tarpeen vaatiessa.

## LOPUKSI

- ✓ Porin hammashoito koonnut yhteenvedon tuotteista, joita suositellaan kaikkiin hoivakoteihin (työryhmänä yritetty yhtenäistää linjaa tuotteiden suhteen). Löytyy Porissa LifeCare (hammashoito/ikäihmisten kansio).
- ✓ Hammaslääkäriliiton sivuilla ([www.hammaslaakariliitto.fi](http://www.hammaslaakariliitto.fi)) netissä myös kattava lukupaketti kansantajuisesti ikäihmisen suun hoidosta.
- ✓ Ruokaöljyt sopivat päivittäisen käyttöön kuivan suun helpottamiseksi (maku?) Apteekissa myös tarjolla useita eri vaihtoehtoja.
- ✓ Todella kuivan suun saaminen ”optimaaliksi” voi viedä aikaa. Usein esimerkiksi apteekin tuotteita tulee käyttää jatkuvasti 2-3xpvä, jotta syöminen / nieleminen pysyvästi helpottuisi.



## LOPUKSI jatk.

- ✓ Ksylimonitabeleista Herra Hakkarainen sulaa suuhun (jos riskinä esimerkiksi aspiraatio). Muumi-tabletti ei sisällä liivatetta (vegaanit, uskonto).
- ✓ Muistisairas ei välttämättä totu proteesiin. Harkintaa käytettävä, jos koetaan tarpeelliseksi ruokailun suhteen. Usein myös kallista hoitoa (KA 1500e KP/KP).
- ✓ Paikallinen sienilääkitys ei tehoa, jos hampaita (ja PROTEESIA) ei ole ensiksi puhdistettu optimaalasti. Mahdollinen proteesi desinfioitava AINA kun tarvitaan sienilääkettä (apteekista ilman reseptiä Nitradine).
- ✓ Suurin osa purskutettavista ja paikallisista suussa käytettävistä lääkeaineista menettää tehoa, jos hampaita ei puhdisteta / suu ei ole puhdas.





## TAKE HOME MESSAGE

Ikääntyminen itsessään ei tuhoa hampaita tai suun limakalvoja, mutta suusairauksien riskitekijät kumuloituvat usein ikääntymisen seurauksena.

