

SUUN TERVEYS

Annina Salmi

evaHL (kliininen hammashoito), suugeriatrian erityispätevyys

Turun kaupunki

Tohtorikoulu, Itä-Suomen Yliopisto



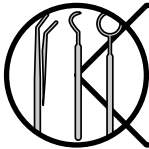
Taustaa



Yhä useampi ikääntyy omat hampaat suussa



Ikääntyessä riski suusairauksille lisääntyy ja päivittäisen omahoidon merkitys kasvaa – toisaalta kyky huolehtia suuhygieniasta heikkenee



Toimintakyvyn laskiessa yleis- ja hammaslääketieteelliset haasteet



Suunterveys usein romahtaa viimeisten kotona asuttujen vuosien aikana



YLEISIMMÄT SUUSAIRAUDET IKÄÄNTYNEILLÄ

- KARIES = hampaiden reikiintyminen
- PARODONTIITTI = hampaiden tukikudosten sairaus

- SUUN LIMAKALVOSAIRAUDET
 - Sieni-infektiot
 - Proteesien painohaavat
 - Muut suun limakalvosairaudet ml. suusyöpä

- SUUN KUIVUUS

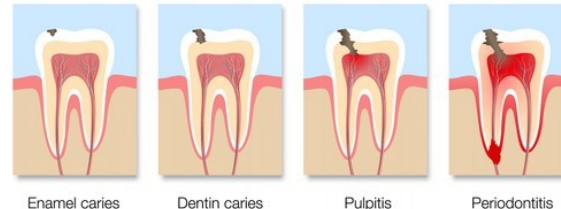


Karies = hampaiden reikiintyminen

- **Yleisin suusairaus** (Kassebaum NJ, Bernabe E, Dahiya M, Bhandari B, Murray CJ, Marcenes W. Global burden of untreated caries: a systematic review and metaregression. *J Dent Res.* 2015;94(5):650-658.)
- Suussa olevat bakteerit käyttävät ravinnon hiilihydraatteja aineenvaihdunnassaan → happoja (=“happohyökkäys”). Hapot liuottavat hampaan kiillettä → demineralisaatio (mahdollista pysäyttää) → hampaan reikiintyminen ja bakteerien pääsy hammasluuhun

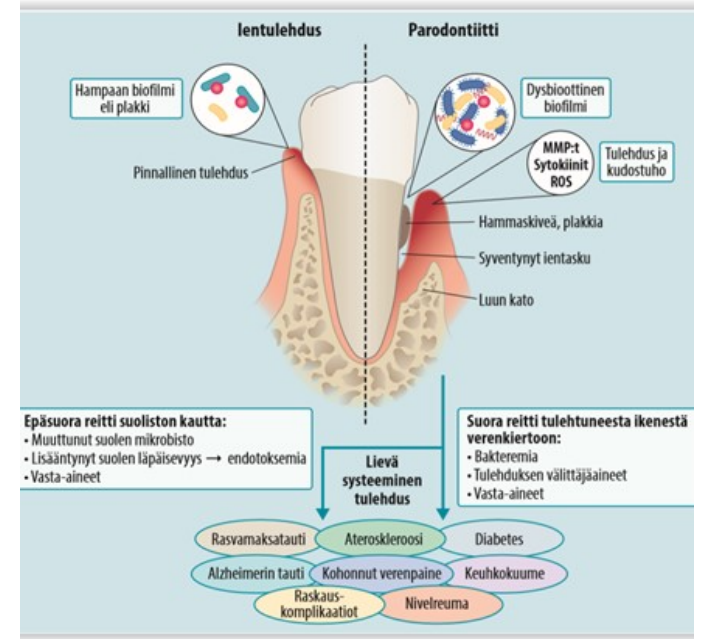
- Reikiintymiseen vaikuttavia tekijöitä:
 - Plakin koostumus, määrä
 - Ruokarytmi
 - Ravinnon koostumus
 - Fluorin käyttö
 - Syljen koostumus, määrä

The stages of caries development



Parodontiitti = hampaiden kiinnityskudosten sairaus

- Toinen ikääntyneiden yleisimmästä suusairauksista
Lang N, Lindhe J, editors. *Clinical Periodontology and Implant Dentistry* (6th ed.).
Chicester: John Wiley & sons, Ltd; 2015
- Hoitamaton ientulehdus voi edetä parodontiitiksi
 - Parodontiittia on eri asteista
- Parodontiittiin liittyy hampaan luutuen ja
pehmytkudosten menetys
 - Pitkäkestoinen matala-asteinen tulehdus
 - Plakin koostumus muuttuu
 - Yhteys yleissairauksiin



Lisätietoa ja kuva <https://www.duodecimlehti.fi/duo16157>



Kuiva suu = xerostomia/hyposalivaatio

- Kuiva suu:
 - Vaikeuttaa puhumista
 - Vaikeuttaa nielemistä
 - Lisää epämukavuuden tunnetta
 - Lisää suusairauksien riskiä
- Korkea esiintyvyys
- **Jopa 50% kotihoidon asiakkaista** (NutOrMed-tutkimus, Viljakainen S, Nykänen I, Ahonen R, Komulainen K, Suominen AL, Hartikainen S, Tiihonen M. Xerostomia among older home care clients. Community Dent Oral Epidemiol. 2016 Jun;44(3):232-8. doi: 10.1111/cdoe.12210. Epub 2016 Jan 6. PMID: 26739925.)



Kuiva suu = xerostomia/hyposalivaatio jatk.

- Riskitekijät
 - Huono ravitsemustila
 - Riittämätön nesteensaanti
 - Lääkitykset
 - Sairaudet/jälkitilat
- Kuivasuisilla potilailla suun puhdistus on erityisen tärkeää
- Kuivan suun tuotteet ja suun riittävä kostuttaminen helpottavat oireita

Lisätietoa: Terveyskirjasto, Kuiva suu. <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00896>



Suun ikääntymismuutokset

Normaalia

- HAMPAAT
 - Pieni kuluminen, värimuutokset
- TUKIKUDOKSET
 - Pieniä ienvetäymiä, vähäistä luukatoa
- LIMAKALVOT
 - Haavan paraneminen voi olla lievästi hitaampaa
- SYLKI
 - Voi olla hieman alentunut, mutta riittävä
- TOIMINTAKYKY
 - Alentunut, mutta riittävä

Patologista

- HAMPAAT
 - Kariesta, merkittävää kulumista
- TUKIKUDOKSET
 - Heiluvia hampaita, laaja kudoksen menetys
- LIMAKALVOT
 - Ohut limakalvo, haavoja, dysplasiaa, kipuja
- SYLKI
 - Eritys vähentynyt, xerostomia, hyposalivaatio
- TOIMINTAKYKY
 - Ongelmia syömisessä



Muokattu. Lamster et al. Periodontology 2000, 2016.

Suun terveys ja ravitseminen

- Suusairaudet voivat haitata syömistä/nielemistä
 - Ravitseminen
 - Ruoan aspiroiminen
- **Ravitsemusinterventio** (Nihtilä A, Tuuliainen E, Komulainen K, Nykänen I, Hartikainen S, Tiihonen M, Suominen AL. The combined effect of individually tailored xerostomia and nutritional interventions on dry mouth among nutritionally compromised old home care clients. Gerodontology. 2019 Sep;36(3):244-250. doi: 10.1111/ger.12405. Epub 2019 Apr 4. PMID: 30945350.)
 - Kuivan suun hoidon ohjeistuksella ja ravitsemusneuvonnalla saatiin merkittävä positiivinen vaikutus iäkkäiden kuivan suun xerostomiaan
- Sekä suunterveydellä että ruokailuhetkellä psykososiaalinen vaikutus



- Yleistä
 - 75 vuotta täyttäneitä (n=300) kotihoidon asiakkaita Pohjois-Savon alueelta
 - 6kk kestänyt interventiotutkimus
 - Ravitsemusinterventio
 - Suunterveyden interventio
- Vaikutus ravitsemustilaan, suunterveyteen, toimintakykyyn ja sairaalahoidon käyttöön/kustannuksiin



Received: 27 February 2022 | Revised: 12 April 2022 | Accepted: 20 April 2022

DOI: 10.1002/cre2.585

ORIGINAL ARTICLE

Clinical and Experimental Dental Research Open Access **WILEY**

Eating problems among old home care clients

Annina Salmi¹  | Kaija Komulainen¹ | Annamari Nihtilä^{1,2}  | Miia Tiihonen³ |
Irma Nykänen⁴  | Sirpa Hartikainen³  | Anna L. Suominen^{1,5} 



Eating problems among old home care clients - yleistä

- 250 osallistujaa
- Haastattelut kotihoidon asiakkaiden omassa kodissa
- Jos haastateltava ei pystynyt vastaamaan, omainen tai tuttu hoitaja auttoi
- Ravitsemusterapeutin haastattelu
 - Puremisongelmat
 - Nielemisongelmat
 - Ruokahaluttomuus
- Suuhygienistin haastattelu
 - Suunterveyteen liittyvät syömisongelmat



Eating problems among old home care clients - tulokset

- Keski-ikä 84,5 v
- Sukupuolijakauma: naisia 74%, miehiä 26%
- Lääkkeitä käytössä keskimäärin 10,3 kpl

- Vain omat hampaat 29%
- Omat hampaat + hammasproteesit 28%
- Hampaaton (kokoproteesit tai ei lainkaan proteeseja) 43%



Eating problems among old home care clients – tulokset – ravitsemusterapeutin haastattelu

- RAVITSEMUSTERAPEUTIN HAASTATTELU
 - Puremisvaikeuksia 20,4 %
 - Nielemisvaikeuksia 13,6 %
 - Ruokahaluttomuutta 28,8 %
 - MNA-pisteet keskimäärin 21,9 pistettä
 - Ravitsemustila MNAn mukaan luokiteltuna
 - Normaali 14,8%
 - Vajaaravitsemus tai vajaaravitsemusriski 85,2%



Eating problems among old home care clients – tulokset jatk.

- SUUHYGIENISTIN HAASTATTELU
 - Suunterveyteen liittyvät syömisvaikeudet 18,4%
 - Kuiva suu
 - Ajoittain 43,6%
 - Jatkuvasti 12,4%
 - Hammassärky/ongelmat proteesin kanssa 28,8%



- PUREMENTSVAIKEUDET

- Huono itseraportoitu yleisterveys
- Vajaaravitsemusriski
- Ruokamäärän lasku 3kk aikana
- Huono itseraportoitu suunterveys

- NIELEMISVAIKEUDET

- Masennusoireet
- Vajaaravitsemusriski
- Huono itseraportoitu suunterveys

- RUOKAHALUTTOMUUS

- Masennusoireet
- Korkea määrä lääkkeitä
- Huono itseraportoitu yleisterveys
- Alemmat MNA-pisteet
- Vajaaravitsemus tai –riski
- Ruokamäärän lasku 3kk aikana
- Suun kuivuus

- SUUNTERVEYTEEN LIITTYVÄT SYÖMISONGELMAT

- Huono yleisterveys (FCI pisteet)
- Masennusoireet
- Korkea määrä lääkkeitä
- Huono itseraportoitu yleisterveys
- Alemmat MNA-pisteet
- Ruokamäärän lasku 3kk aikana
- Huono itseraportoitu suunterveys
- Hammasärky/proteesiongelmat



- Jatkuva suunkuivuus tai huono itseraportoitu suunterveys
→ Korkeampi riski puremisongelmille
- Hampaattomat tai hammassärky/proteesiongelmat
→ Suurempi riski suunterveyteen liittyville syömisongelmille
- Parempi ravitsemus (korkeammat MNA-pisteet)
→ Pienempi riski nielemisongelmille
→ Pienempi riski ruokahaluttomuudelle
- Korkea lääkkeiden lukumäärä
→ Suurempi riski ruokahaluttomuudelle
→ Suurempi riski suunterveyteen liittyville syömisongelmille



Yhteenveto

- Suunterveydestä huolehtiminen on tärkeää läpi elämän
 - Säännöllinen ruokarytmi, vesi janoon, harjaus 2x/vrk, hammasvälien puhdistus päivittäin
 - Ympäristön tulee tukea hyvän puhdistustuloksen saavuttamisessa
- Huono suunterveys lisää riskiä syömisongelmille ja altistaa vajaaravitsemukselle
- Moniammatillinen yhteistyö on tärkeää!
 - Pureskelu, nieleminen, oikeanlainen ravinto
 - Kaikki eri alojen ammattilaiset voivat kysyä ikääntyneeltä haasteista ja ohjata eteenpäin oikealle ammattilaiselle!



Kiitos mielenkiinnosta!

Yhteystiedot: anninasa@uef.fi

