

Ikäihmisten suunhoidon aakkoset



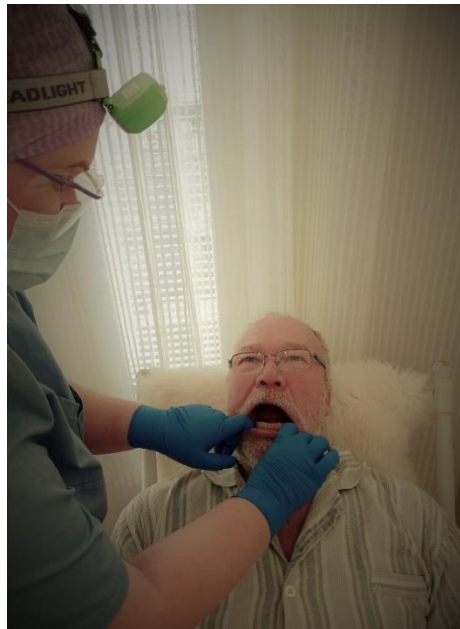
Ohjeita hoitajille ja omaishoitajille

Asento:

- Tarkistus ja suun puhdistus on helppo tehdä esim. otsalampun avulla niin, että tarkastettava makaa sängyllä selällään.



- Keinutuoli ja nojatuoli ovat hyviä vaihtoehtoja, niin asennosta saa puoli-istuvan.



- Puhdistusta ei suositella tehtävän aivan makuuasennossa, ettei aspiraatiovaara ole niin suuri.

Tutki asiakkaan suusta:

- *Huulet:* kuivuus, värimuutokset, patteja, haavaumat suupielissä?
- *Suun limakalvot:* väri, kosteus, haavaumat, hiertymät, vaaleat tai punertavat muutokset, turvotus?



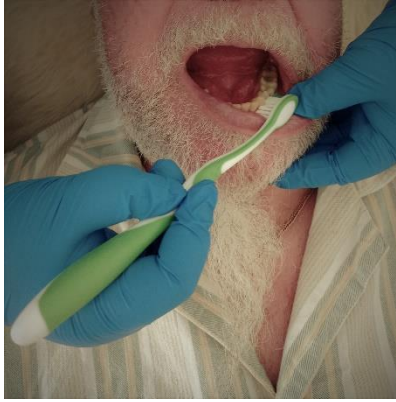
- *Kieli:* värimuutokset, pintarakenne, haavaumat, katteisuus?
- *Ikenet:* punoitus, turvotus, verenvuoto?
- *Hampaat:* liikkuvuus, lohkeamat, juuret, reikiintyminen, plakkipeite?
- *Pahanhajuinen hengitys?*
- *Kysy:* onko suussa kipuja / oireita, tuntuuko suu kuivalta ja onnistuuko syöminen?

Hampaattoman suun puhdistaminen

- Hampaattoman suun päivittäinen puhdistaminen on yhtä tärkeää kuin suun, jossa on hampaita ja / tai proteesit.
- Puhdista suun limakalvot pyyhkimällä ne sormeen kääräistyllä kostealla harsotaitoksella.
- Puhdistuksen jälkeen kostuta suu sivelemällä limakalvoille esim. kuivan suun geeliä tai ruokaöljyä.

Hampaiden puhdistus

- Harjaa avustettavan hampaat kaksi kertaa päivässä pehmeällä hammasharjalla tai sähköhammasharjalla.



- Käytä harjatesa fluorihammastahnaa. Herkälle suulle kannattaa valita vaahtoamaton ja mieto fluorihammastahna, esim. Salutem.
- Käytä hammasväliharjoja tai hammaslankaa hammasvälien puhdistukseen päivittäin.



- Puhdista erityisen huolella osaproteesin tukihampaat.
- Muista myös kielen puhdistus tarvittaessa pehmeällä harjalla tai vaikkapa teelusikalla kaaputtamalla.
- Sormituki / sormisuoja on hyvä apu hampaiden puhdistukseen ja tarkastamiseen.



Hammasproteesien puhdistus

- Puhdista proteesit päivittäin proteesiharjalla ja nestemäisellä astianpesuaineella tai nestesaippualla. Tavallinen hammastahna naarmuttaa proteesia.
- Desinfioi proteesi kerran viikossa hammasproteesien desinfiointiin tarkoitettulla aineella, esim. Isodent - liuos, Nitradine tai Corega-tabs.
- Proteeseja ei tulisi pitää öisin suussa, jotta limakalvot saavat levätä.
- Jos avustettava haluaa pitää proteeseja öisinkin suussa, päivällä olisi hyvä olla muutama tunti ilman, esim. päivälevon aikana.
- Proteesit säilytetään puhtaana ja kuivana, kun ne eivät ole suussa.

Apteekeista on saatavilla erilaisia tuoteperheitä:

Kuivan suun hoitoon

Kolmipäisiä harjoja helpottamaan harjausta

Herkälle suulle tarkoitettuja hammastahnoja

Proteesien puhdistustuotteita

Antimikrobisia suunhoitoaineita

Päivitetty 25.10.2023

Tämän aineiston on tuottanut: Keski-Suomen Seututerveyskeskus, Suun terveydenhuolto