**Mondgezondheid bij kwetsbare ouderen**

**Een goede mondgezondheid is van groot belang!**

Beste familie van bewoners,

Een gezonde mond is voor kwetsbare ouderen heel belangrijk om gezond te blijven.

Het toepassen van een goede mondhygiëne is bij hen vaak moeilijker en daarom vaak beduidend slechter dan bij de algemene bevolking. Vaak worden ernstige en uitgebreide mondproblemen vastgesteld bij ouderen in woonzorgcentra. Onderzoeken rapporteren dat zowat iedere zorgafhankelijke oudere tandheelkundige zorg nodig heeft en daarom willen wij er meer aandacht aan schenken.

Wij maken dan ook werk van een goede mondgezondheid bij de bewoners met behulp van De Mondzorglijn, een project ontwikkeld door Gezonde Mond. Dit project heeft tot doel om een structureel mondzorgbeleid binnen de Vlaamse woonzorgcentra vorm te geven.
Daarbij brengt de Mondzorglijn zorgverleners in woonzorgcentra de kennis en vaardigheden bij om op een kwalitatieve manier mondzorg te bieden aan kwetsbare ouderen.

Mondgezondheid van kwetsbare ouderen: een aandachtspunt!

Wist je dat …

* Ouderen gemiddeld twee tanden met tandbederf (gaatjes) hebben? Dit heeft als gevolg dat er infecties kunnen ontstaan in de tand, die dan via het bloed in de rest van het lichaam terechtkomt.
* 36-50% van de ouderen door het leven gaat met een versleten, slecht passende of zelfs gebroken gebitsprothese?
* Meer dan één derde van de ouderen een ontsteking van het tandvlees heeft?
* Ouderen vaak wortelresten hebben (ten gevolge van een afgebroken tand) dat een ontsteking van het kaakbeen met zich meebrengt?

Impact op de algemene gezondheid en kwaliteit van leven

Een slechte mondgezondheid veroorzaakt niet alleen problemen in de mond. Via allerlei wegen staat de mond in verbinding met de rest van het lichaam. Een slechte mondgezondheid kan dus in verband gebracht worden met tal van andere problemen in het lichaam. Zowel fysiek, mentaal als sociaal is een goede mondgezondheid belangrijk.

Wist je dat ….

* Een slechte mondgezondheid samenhangt met longontstekingen, slikproblemen, diabetes en hart- en vaatziekten?
* Smaken anders of als minder aangenaam ervaren kunnen worden bij een slechte mondgezondheid?
* Een slechte mondgezondheid samenhangt met een verlies van eigenwaarde en een gevoel van schaamte bij afgebroken, aangetaste of ontbrekende tanden?
* Een slechte mondgezondheid kan leiden tot ondervoeding of malnutritie, maar ook tot sociaal isolement?

Kortom, meer dan voldoende redenen om de mondzorg te verbeteren bij de bewoners en aan preventie te doen!

Aan de slag met dagelijkse mondzorg voor kwetsbare ouderen

Tijdens het project de Mondzorglijn zullen we heel wat richtlijnen en adviezen aanbieden o.a. ter ondersteuning van de dagelijkse mondzorg. Indien er hier vragen over zijn mag er altijd contact op genomen worden met de mondzorgcoördinator, de procesbegeleider of Gezonde Mond.



GEBITSPROTHESE

Er is veel verwarring over hoe de gebitsprothese te bewaren en schoon te maken. Enkele richtlijnen op een rijtje:

* ’s Nachts laat je de **gebitsprothese** **uit** en bewaar je deze **droog**!
* Reinig het kunstgebit niet met tandpasta, maar met **vloeibare neutrale handzeep**.
* Poets één keer per dag de gebitsprothese zorgvuldig met een
**gebitsprotheseborstel**.
* Spoel het kunstgebit af na iedere maaltijd.
* De gebitsprothese dient tijdig gecontroleerd en aangepast te worden door de tandarts!
* Bij tandsteen (kalkaanslag) kan je het kunstgebit een uur laten weken in natuurazijn. ’s Morgens goed schrobben en afspoelen!
* Reinigingstabletten vervangen het poetsen van de gebitsprothese niet.



* Poets tweemaal per dag met een fluoride tandpasta met minstens
1450 ppm fluoride.
* Gebruik een tandpasta die weinig schuimt.
* Poets éénmaal per dag tussen de tanden met ragers/interdentale borsteltjes, tanden-stokers of flosdraad.

Alvast bedankt om samen met ons voor een goede mondgezondheid van de bewoners te gaan!

Vriendelijke groeten,

Voor meer informatie over mondzorg en/of De Mondzorglijn kan je terecht bij het mondzorgteam
of kan je de [website](http://www.gezondemond.be) van Gezonde Mond raadplegen ([www.gezondemond.be](http://www.gezondemond.be)).