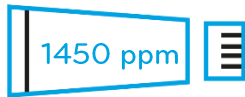


Basisadviezen voor Kwetsbare ouderen

Natuurlijke tanden



Gebruik een standaard **tandpasta** met fluoride.



Het gebruik van een tandpasta zonder de schuimende substantie Sodium Lauryl Sulfaat (SLS), kan helpen bij cliënten die regelmatig afters hebben.



Maak gebruik van een manuele of elektrische **tandenborstel**. Een elektrische tandenborstel die gebruik maakt van een draaiende beweging verwijdert plaque efficiënter.



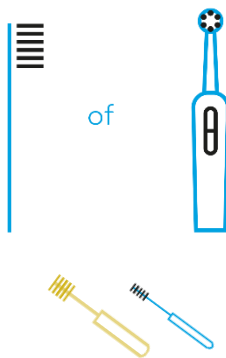
Gebruik een tandenborstel met zachte of medium haren en een kleine kop die makkelijk overal in de mond aankan.



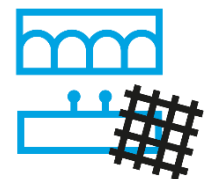
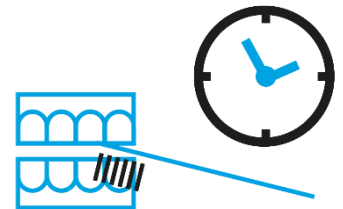
Aangepaste hulpmiddelen zijn beschikbaar om het gebruiksgemak te verhogen. Voorbeelden hiervan: Driekoppige tandenborstels, schuimgrepen, of ergonomische grepen voor de tandenborstel.



Poets één keer per dag tussen de tanden met **interdentale ragers**. Interdentale ragers zijn beschikbaar in verschillende maten.



- > Poets **twee keer per dag**: voor het slapen gaan en op één ander moment.
- > Zorg dat elke oppervlakte van de tand tot tegen de tandvleesrand goed gepoetst wordt.
- > Spuw het teveel aan tandpasta uit na het poetsen, maar spoel de mond niet om het fluoridegehalte in de mond te behouden.
- > Cliënten met duidelijke cariës, droge mond¹ of speciale noden krijgen best extra fluoride. Dit kan door een derde poetsmoment toe te voegen, het gebruik van een tandpasta met een hoge fluorideconcentratie of mondspoelmiddel met extra fluoride.
- > Raadpleeg een tandarts of mondhygiënist voor persoonlijk advies en voorschrift.
- > Als dagelijkse mondhygiëne niet mogelijk is, gebruik dan een gaasje of spray met een chloorhexidine oplossing. Raadpleeg een tandarts of mondhygiënist voor gebruik.



¹ Zie droge mond p.4

De volledige of gedeeltelijke uitneembare gebitsprothesen



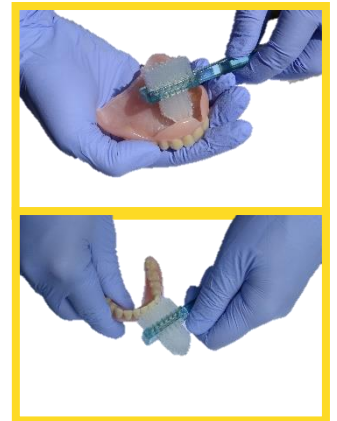
Poets de gebitsprothese mechanisch met een **protheseborstel**. Verwijder grondig plaque en resten van kleefpasta.

Gebruik een niet-abrasief (niet schurend) reinigingsmiddel zoals **vloeibare zeep** (niet geparfumeerd). Gebruik geen tandpasta, aangezien dit de gebitsprothese kan beschadigen.

Na de mechanische reiniging, wordt de gebitsprothese best regelmatig geweekt in water met een reinigingstablet. Gebruik deze tabletten enkel buiten de mond en volg strikt de gebruikshandleiding.

Na het poetsen wordt de gebitsprothese 's nachts bewaard in een **proper en droog doosje**.

- > Verwijder na iedere maaltijd de gebitsprothese spoel af met water.
- > Hou de gebitsprothese voorzichtig vast tijdens het poetsen. Leg een propere handdoek in de wasbak als bescherming, moest de prothese vallen.
- > Laat de gebitsprothese 's nachts niet in de mond.
- > Gebruik een gaasje om de resten te verwijderen, als cliënten kleefpasta gebruiken.



Gebitsprothese houders in de mond

- > Poets de prothesehouder **2 keer per dag** met een tandenborstel en tandpasta.
- > Gebruik één keer per dag een interdentaal ragertje om onder een prothese baar te poetsen.



Tong



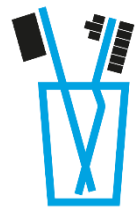
Gebruik een lusvormige tongschraper.

- > In cliënten met zichtbaar tongbeslag, wordt de tong één keer per dag gepoetst.
- > Laat de bewoner de tong uitsteken of help indien nodig. Stabiliseer de tong met je vrije hand eventueel met een gaasje. De tongschraper wordt zo ver mogelijk achter op de tong geplaatst en zachtjes duwend vooruit getrokken. Herhaal deze beweging verschillende keren tot het tongbeslag verwijderd is.



Onderhoud van het materiaal

- > Spoel, na gebruik de borstels en tongschraper met water en laat ze drogen in een propere beker met water of een tandenborstelrekje.
- > Vervang de tandenborstel wanneer de haartjes versleten zijn.



Regelmatige preventieve tandartsbezoeken

- > Vraag aan de cliënten of familieleden wanneer het laatste preventieve tandartsbezoek was. Als dit langer dan 6 maanden geleden was, stel dan voor om een nieuwe afspraak te maken.
- > De tandarts of mondhygiënist beslist over frequentie van nieuwe afspraken.



Droge Mond

- > Maak een **afpraak** met een arts om de oorzaken van de droge mond te diagnosticeren en een behandeling op te starten.
- > Voorzie extra fluoride voor natuurlijke tanden. Dit kan door een derde poetsmoment toe te voegen, het gebruik van een tandpasta met een hoge fluorideconcentratie of mondspoelmiddel met extra fluoride. Raadpleeg een tandarts of mondhygiënist voor persoonlijk advies en voorschrift.
- > **Speeksel-vertalers** toegediend als gel, spoeling of spray zijn nuttig om het ongemak te verminderen.
- > Cliënten drinken best regelmatig water voor de hydratatie en het bevochtigen van de mond. Water spray of dunne ijsschilfers kunnen gebruikt worden bij cliënten met dysfagie.
- > **Zuigtabletten** kunnen speekseltoevoer stimuleren. Ze zijn best zonder zuur en suiker en worden enkel aangeboden aan cliënten zonder dysfagie.
- > Smeer een bevochtigende lippenbalsem op droge gebarsten lippen.



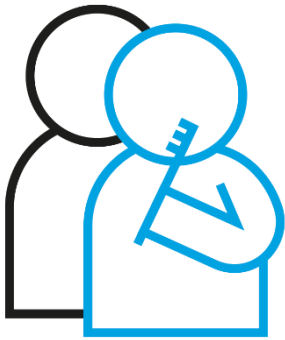
Ondersteuning of hulp bij de dagelijkse mondzorg

Zorgverlener motiveert en helpt herinneren



- > Hang afbeeldingen in de badkamer met de verschillende stappen voor de dagelijkse mondhygiëne.
- > Poets de tanden voor of boven de wasbak.
- > Geef de tandenborstel aan de cliënt om het procedureel geheugen aan te spreken.

Hands on assistance



- > Leg je hand rustig over de hand van de cliënt en begeleid de tandenborstel.
- > Laat de cliënt starten met het poetsen van de tanden en finaliseer de mondhygiëne nadien zelf.

Zorgverlener neemt mondzorg over



- > De cliënt zit best rechtop of ligt op zijn/haar zij om het risico op verslikking te verminderen.
- > Plaats het handvat van een tweede tandenborstel tussen de bovenste en onderste tanden om de cliënt te helpen de mond open te houden.
- > Gebruik de **tell-show-do benadering**. Vertel wat er zal gebeuren, doe het voor en voer dan de mondhygiëne uit zoals uitgelegd.
- > Bij cliënten met dysfagie, verwijder alle vloeistoffen in de mond na het poetsen met een gasje of een zuigapparaat.

Weerstandig gedrag

Cognitief competente cliënten

- > Maak een overzicht van de redenen voor de weigering en leg uit waarom mondzorg zo belangrijk is. Dit zorgt ervoor dat de cliënt een **geïnformeerde beslissing** kan maken.
- > Als de cliënt weigert om mee te werken, zelfs wanneer hij/zij geïnformeerd is, dan moet deze wens gerespecteerd worden. Herneem de discussie op een later moment.



Cliënten met cognitieve

- > Zorg voor een duidelijke **mondzorgroutine**. Gebruik dezelfde technieken en materialen op dezelfde momenten en plaatsen.
- > De dagelijkse mondhygiëne gebeurt best in een **rustige omgeving** met zo weinig mogelijk personen aanwezig.
- > Benader de person op **ooghoogte** en binnen haar of zijn gezichtsveld.
- > Doe de dagelijkse mondhygiëne **voor een spiegel**, terwijl je achter de cliënt staat.
- > Bouw een goede relatie op door een **positieve en simpele** conversatie aan te gaan.
- > Gebruik vriendelijke **één-stap** instructies, gebaren en voorbeelden.
- > **Vermijd "elderspeak"** (hoge stem, zingend ritme, neerbuigende toon, wij/ons-termen, en verkleinwoorden).
- > **Lach en gebruik humor** wanneer je omgaat met de cliënt. Zingen draagt ook bij tot een veilige en positieve sfeer.
- > **Leidt de cliënt af** door te praten of geef haar of hem hetzelfde materiaal als wat je tegelijk in de mond gebruikt.
- > Plaats je hand over de hand van de cliënt om zijn **bewegingen te begeleiden** of geef de cliënt een tandenborstel om het poetsen te initiëren.
- > Maak gebruik van **zachte aanrakingen** op de juiste momenten om de cliënt gerust te stellen en angst te verminderen.
- > Als weerstandig gedrag escaleert, laat dan een andere zorgverlener de taken overnemen. Cliënten werken gemakkelijker terug mee na **'gered'** door een veilige tweede zorgverlener.

