



Informatie POH mondgezondheid bij ouderen

De mondgezondheid van veel (kwetsbare) ouderen in ons land is niet goed. Hierdoor hebben zij onnodig veel pijn, moeite met kauwen en vormen mogelijke infecties een risico voor hun (mond)gezondheid.

Als praktijkondersteuner huisartsen ben je een belangrijke schakel in de zorg en behandeling van (kwetsbare) ouderen. Dit kun je verder versterken door samen met andere professionals de keten van goede mondzorg vorm te geven.

Toename ouderen

Ondanks de toenemende vergrijzing blijven ouderen lang zelfstandig wonen en houden langer hun eigen gebit. Daarbij is het belangrijk dat goed ingespeeld wordt op hun mondgezondheid en de mondzorg die daarmee samenhangt zodat zij gezond en fit blijven.

De toename van ouderen in Nederland heeft gevolgen voor onze gezondheidszorg. Ook de chronische zorg neemt toe.

Als POH zie je vaak de oudere patiëntengroep op het spreekuur, dat gericht is op het behandelen en begeleiden van ziekten.

Behalve het terugdringen van de beperkingen die een ziekte met zich meebrengt, wordt ook de zelfredzaamheid, participatie en een goede kwaliteit van leven bevorderd (RIVM 2011).

Belang gezonde mond

Mondgezondheid is een belangrijk onderdeel van onze gezondheid. Een gezond gebit is belangrijk voor de algehele gezondheid. Een slechte mondgezondheid brengt gezondheidsrisico's met zich mee.

Mogelijke gevolgen

De mogelijke gevolgen van een slechte mondgezondheid zijn:

- infecties of ontstekingen in de mond;
- ondergewicht door ondervoeding;
- pijn;
- smaakstoornissen;
- slechte adem;
- stress;
- verminderd zelfvertrouwen;
- vereenzaming.

Gevolgen langere termijn

- Ischemische hartziekten
- Atriumfibrilleren
- Hartfalen
- Cerebrovasculaire ziekte
- Perifere arterie ziekte
- Hersenabcessen

Kenmerken slechte mondgezondheid

- rood of gezwollen tandvlees;
- bloedend tandvlees na tandenpoetsen;
- vieze smaak;
- pijn in de mond;
- slechte adem;
- droge mond;
- problemen met eten en drinken;
- langere tanden;
- losse tanden;
- meer ruimte tussen de tanden;
- tanden die uit elkaar drijven;
- tandsteen op de tanden;
- lipklachten;
- klachten van de wangen;
- klachten van de tong.

Taak POH

Als POH kun je tijdens het spreekuur de mondgezondheid aankaarten. Hiervoor kun je eventueel gebruik maken van de voorlichtingsmaterialen die op de website van '[de mond niet te vergeten](#)' (DMNV) te vinden zijn. Op de website staat informatie over mondzorg die je ook aan de patiënt kunt meegeven, zoals:

- poetsinstructies;
- preventie instructies
- poetsinstructiekaarten, verwijsmateriaal en een voorbeeld van een vragenlijst.

Verdere informatie die je op die website kunt vinden:

- voorlichtingsmaterialen;
- digitale scholingen voor POH over mondgezondheid en het belang ervan;
- voorlichtingsmaterialen;
- screening en verwijsinstrumenten;
- materialen zoals posters, folders;
- instructies hoe te verwijzen naar een tandarts of mondhygiëniste.



Belangrijk

Het is belangrijk dat jij als POH de patiënt wijst op het verband tussen een slechte mondgezondheid en de algehele gezondheid. Als POH heb jij een duidelijke rol in het signaleren van klachten die de mondgezondheid betreffen.

Adviezen voor de patiënt

Adviezen die je een patiënt kunt geven, zijn:

- poets tanden en tandvlees twee keer per dag minimaal twee minuten;
- maak dagelijks tussen de tanden schoon met interdentale borstels of flossdraad (leg uit hoe ze dit het beste kunnen doen);
- gebruik speciale tandverzorgingsmiddelen en/of mondspoelingen als de tandarts of mondhygiëniste dit adviseert;
- ga minimaal één keer per jaar naar de tandarts, ook met een kunstgebit.

Bel of mail als er nog vragen zijn.

Helma Ario Soeriwardojo,
Tandheelkundig Preventief Medewerker
GGD Flevoland
h.ariosoeriwardojo@ggdflevoland.nl
06-48 132 196

Handige websites

[GGD Flevoland](#)

[Een Gezonder Flevoland](#)

[De Mond Niet Vergeten](#)



Verwijzing naar een tandarts

Voor- en achternaam	
Geslacht	
Geboortedatum	
BSN-nummer	
Adres	
Postcode en woonplaats	
Telefoonnummer	
Naam verwijzer	
E-mailadres verwijzer	
Toestemming patiënt	
Bijzonderheden	
Medicatie	

Dit formulier opsturen naar:

Helma Ario Soeriwardojo
Tandheelkundig Preventief Medewerker GGD Flevoland
h.ariosoeriwardojo@ggdflevoland.nl
06-48 132 196

Postbus 1120
8200 BC Lelystad



Een gezonde mond is belangrijker dan veel mensen weten

Een gezonde en frisse mond is veel belangrijker voor onze gezondheid en ons levensgeluk, dan veel mensen weten. Op de eerste plaats is een gezonde en frisse mond van belang om goed te kunnen eten, praten en lachen, en ook om dichtbij anderen te kunnen zijn. Daarnaast vergroot een slechte mondgezondheid het risico op longontsteking, hart- en vaatziekten. Bij mensen met suikerziekte kan een slechte mondgezondheid de bloedsuikerspiegel ontregelen. Maar wist u ook dat goed kunnen kauwen belangrijk is voor het denkvermogen en geheugen? Dat komt doordat kauwen de doorbloeding van de hersenen stimuleert. Een gezonde mond is dus van levensbelang, zeker bij het ouder worden!

Poetsen doet u twee maal per dag; liefst na het ontbijt en 's avonds voor het slapen gaan.



Bron: Stichting De Mond Niet Vergeten!

Natuurlijk gebit

Tanden en kiezen poetst u eerst aan de **Binnenkant**, dan de **Buiten-** en **Bovenkant**: de 3 B's. Gebruik fluoridetandpasta en een tandenborstel met een kleine kop. Een elektrische tandenborstel verwijdert makkelijker en beter tandplak dan een handtandenborstel.

Raag één keer per dag de ruimtes tussen de tanden en kiezen; met alleen de tandenborstel worden deze ruimtes niet goed schoon.

Gebitsprothese

Een gebitsprothese (volledig kunstgebit, frame of plaatje) reinigt u na iedere maaltijd met een protheseborstel en water. Poets de prothese daarnaast één keer per dag met vloeibare zeep.

Hebt u ook eigen tanden en/of kiezen, poets die dan zoals beschreven onder 'natuurlijk gebit'.

Hebt u implantaten, reinig die dan twee maal daags goed rondom met een tandenborstel. Zijn de implantaten verbonden met een verbindingbalkje, reinig dan daaronder met een rager.

Ook een tandeloze mond heeft verzorging nodig. Poets de kaken, het gehemelte en de binnenkant van de wangen met een zachte tandenborstel.



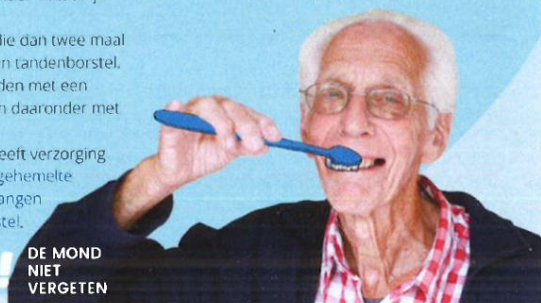
Flevoland

Verbinden doen we samen

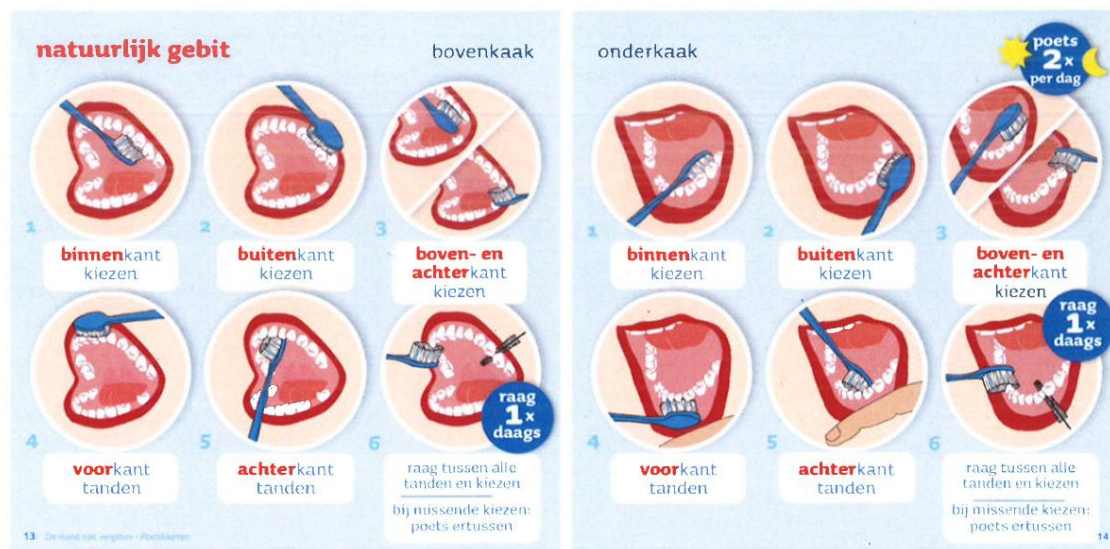
Hulp bij het poetsen

Soms lukt het zelf poetsen niet meer goed en is er hulp bij nodig. In het begin is dat vaak onwennig. Maar als je samen de tijd neemt om het te leren en zorgt voor een ontspannen en positieve sfeer - met op zijn tijd een lach - dan kan de mondverzorging gaan behoren tot de alledaagse routines.

Het is een feest te beseffen wat je daarmee bereikt. De mondhygiënist en de thuiszorg kunnen ook helpen.



DE MOND NIET VERGETEN



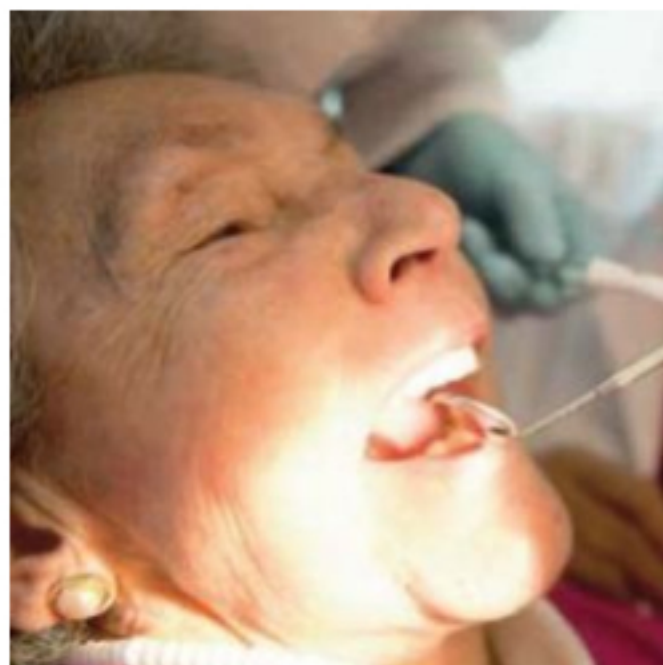
Bezoek mondzorgverlener

Als u eigen tanden en/of kiezen hebt, bezoek de tandarts of mondhygiënist dan ten minste twee keer per jaar. Maak eerder een afspraak als u klachten hebt, zoals pijn of een slechte adem, een afgebroken tand of kies of problemen met tandenpoetsen. Draagt u een volledig kunstgebit, bezoek dan de tandarts of tandprotheticus ten minste één keer per jaar. Maak ook een afspraak als u problemen hebt met kauwen, of bij pijn in de mond. Er zijn ook mondzorgverleners gespecialiseerd in mondzorg voor kwetsbare ouderen. Meer informatie over gespecialiseerde mondzorgverleners en de mondzorg voor kwetsbare ouderen vindt u op www.demondnietvergeten.nl

Vragen? Neem contact op met onze tandheelkundig preventief medewerker Helma Ario Soerlowardojo via 06-48132196 of H.ArioSoerlowardojo@ggdflevoland.nl

Instrument om mondgezondheid oudere te meten

De Oral Health Assessment Tool (OHAT) is vertaald, waardoor het gemakkelijker is om de mondgezondheid van cliënten te meten.



De OHAT is een makkelijk hanteerbaar instrument voor verzorgenden of verpleegkundigen om de mond van ouderen te screenen. Bij mogelijke afwijkingen kan de verpleegkundige of verzorgende de cliënt doorverwijzen naar de tandarts of mondhygiënist. De OHAT is vertaald in het kader van onderzoek door Babette Everaars. Met het nieuwe lectoraat Innovaties in de Preventieve Zorg start lector en mondhygiëniste dr. Katari-
na Jerković – Ćosić onder andere een project om de mondgezondheid van ouderen in de thuiszorg

te verbeteren: ‘Intramuraal is er veel aandacht voor mondzorg, terwijl de meeste ouderen nu thuis wonen. Daar mag meer aandacht voor de mondgezondheid van ouderen komen’, aldus de nieuwe lector in een **interview** met TvZ, vakblad voor verpleegkundigen. De OHAT is een heldere lijst met aandachtspunten, die de verpleegkundige of verzorgende bij de cliënt kan checken. Hieruit komt een advies: of er moet een interventie plaatsvinden, zoals het beter of regelmatigiger poetsen van de tanden, of de cliënt moet worden doorverwezen naar een mondzorg professional, zoals een tandarts of mondhygiënist.

Client:		Ingevuld door:		Datum:		
o Oprname instelling Kwartaal: 1 2 3 4						
Note: Een ster* en <u>onderstreping</u> geeft indicatie voor verwijzing naar een mondgezondheidsprofessional (tandarts, mondhygiënist, tandprotheticus).						
Categorie	0=gezond	1=afwijkingen	2=ongezond	Score	Benodigde Actie	Actie voldaan
Lippen	Glad, roze en vochtig	Droog, gebarsten, of rood in de mondhoeken	<u>Zwelling of knobbel, wit/rood/zwerende plek; bloed/zweer in de mondhoeken*</u>		1=interventie 2=doorverwijzen	☐ Ja ☐ Nee
Tong	Normaal, vochtig, roze	Vlekkerig, gebarsten, rood, beslagen	<u>Rode en/of witte vlek, zwerend, gezwollen*</u>		1=interventie 2=doorverwijzen	☐ Ja ☐ Nee
Tandvlees en weefsels	Roze, vochtig, glad, geen bloeding	<u>Droog, glanzend, ruw, rood, gezwollen rond 1-6 tanden, een zweer/pijnlijke plek onder de prothese*</u>	<u>Gezwollen, bloeding rond 7 of meer elementen, losse tanden, zweren en/ of witte vlekken, gegeneraliseerde roodheid/gevoeligheid*</u>		1 of 2 = verwijzen	☐ Ja ☐ Nee
Speeksel	Vochtige weefsels, waterig en vrij stromend speeksel	Droge, kleverige weefsels, weinig speeksel, bewoner denkt dat hij/zij een droge mond heeft	<u>Gebarsten en rode weefsels, erg weinig/geen speeksel, dik speeksel, bewoner klaagt dat hij/zij droge mond heeft*</u>		1=interventie 2=verwijzen	☐ Ja ☐ Nee
Eigen tanden en kiezen ☐ Ja ☐ Nee	Geen carieuze of afgebroken tanden/wortels	<u>1 -3 carieuze of afgebroken tanden/wortels*</u>	<u>Meer dan vier carieuze of afgebroken tanden/wortels of erg versleten tanden, of minder dan 4 tanden zonder prothese*</u>		1 of 2 = verwijzen	☐ Ja ☐ Nee
Prothese ☐ Ja ☐ Nee	Geen afgebroken zones of tanden, prothese regelmatig gedragen, en gebit is gemerkt met een naam	1 afgebroken zone/tand, prothese alleen 1-2 uur per dag gedragen, of prothese niet gelabeld	<u>Meer dan 1 afgebroken zone/tand, prothese verloren of niet gedragen door slechte pasvorm, of wordt alleen gedragen met kleefpasta</u>		1=ID prothese 2=verwijzen	☐ Ja ☐ Nee
Mondhygiëne	Schoon en geen voedselresten/ tandsteen in de mond of prothese	Voedselresten/tandsteen/ plaque op 1-2 plaatsen in de mond of op kleine zone van prothese; soms slechte adem.	<u>Voedselresten/tandsteen/plaque op de meeste gebieden in de mond of de prothese of ernstige slechte adem*</u>		1=interventie 2=verwijzen	☐ Ja ☐ Nee
Tandpijn	Geen verbale of fysieke tekenen noch gedrag dat op tandpijn wijst	<u>Verbale tekenen of gedrag dat op tandpijn wijst, zoals aan gezicht trekken, op lippen bijten, niet eten, agressief gedrag*</u>	<u>Fysieke tekenen van pijn (zwelling van kaak of tandvlees, gebroken tanden, zweren) en verbale/gedrags signalen*</u>		1 of 2 =verwijzen	☐ Ja ☐ Nee
☐ Mondzorg plan – datum/...../..... ☐ Bewoner en/of familie/voogd weigert a.) doorverwijzing – datum:/...../.....b) behandeling- datum:...../...../... ☐ De mondgezondheid van deze bewoner opnieuw nakijken op:/...../.....						

Translated by B. Everaars (2015) from Halton Region's Health Department (2007) (which was modified with permission from Chalmers (2004))
(draft version)

Hoe je als POH het verschil kunt maken...

Goede mondzorg voor kwetsbare ouderen

Slechte mondzorg bij ouderen kan veel problemen veroorzaken. Toch komt het steeds meer voor, nu ouderen langer thuis blijven wonen. DMNV! wil dat zorgprofessionals structureel gaan samenwerken om de mondzorg bij thuiswonende ouderen te verbeteren en heeft daarvoor een praktisch voorstel.

Tekst | Maaike Veenvliet

De gevolgen van slechte mondgezondheid zijn ernstig, zeker voor kwetsbare ouderen. Naast pijn, kauw- en slikproblemen en infecties in de mond kan een slechte mondzorg een negatieve invloed hebben op de algehele gezondheid en het welzijn. Ondervoeding bijvoorbeeld, maar ook longontsteking, hart- en vaatziekten en een slecht instelbare bloedsuikerspiegel bij diabetes. Een slecht verzorgd gebit kan bovendien problemen geven in het sociale contact. (Tandarts-geriatrie Claar Wierink in het Nederlands Tijdschrift voor Tandheelkunde, november 2016). Toch komt het bij kwetsbare ouderen veel voor; uit onderzoek van Albert Hoeksema (2016) en Gert-Jan van der Putten (2011) blijkt dat bij 80 procent van de ouderen die al dan niet tijdelijk worden opgenomen in een verpleeghuis er sprake is van een slechte mondgezondheid. Ook blijken ouderen steeds minder vaak de tandartspraktijk te bezoeken.

doelgroep dat een huisartsenpraktijk of gezondheidscentrum bezoekt, sterk toenemen. Uit onderzoek van NIVEL Zorgregistraties Eerste Lijn blijkt dat 70-jarigen gemiddeld 10 tot 14 keer per jaar de huisartsenpraktijk/ gezondheidscentrum bezoeken. Het is van belang dat eerstelijns professionals daarbij ook alert zijn op de mondgezondheid.

Als POH en POH-ouderen ben je een van die zorgprofessionals die kwetsbare ouderen regelmatig zien. In de onderstaande voorbeelden lees je hoe je tijdens een consult aandacht kunt besteden aan mondzorg.

Diabetes

Bij het doornemen van de leefregels met een diabetespatiënt, kun je ook aandacht besteden aan de mondverzorging. We weten dat mensen met diabetes vaker problemen hebben met hun tanden

'Ontstekingen in de mond kunnen leiden tot complicaties in de algehele gezondheid'

Mondzorg tijdens consult

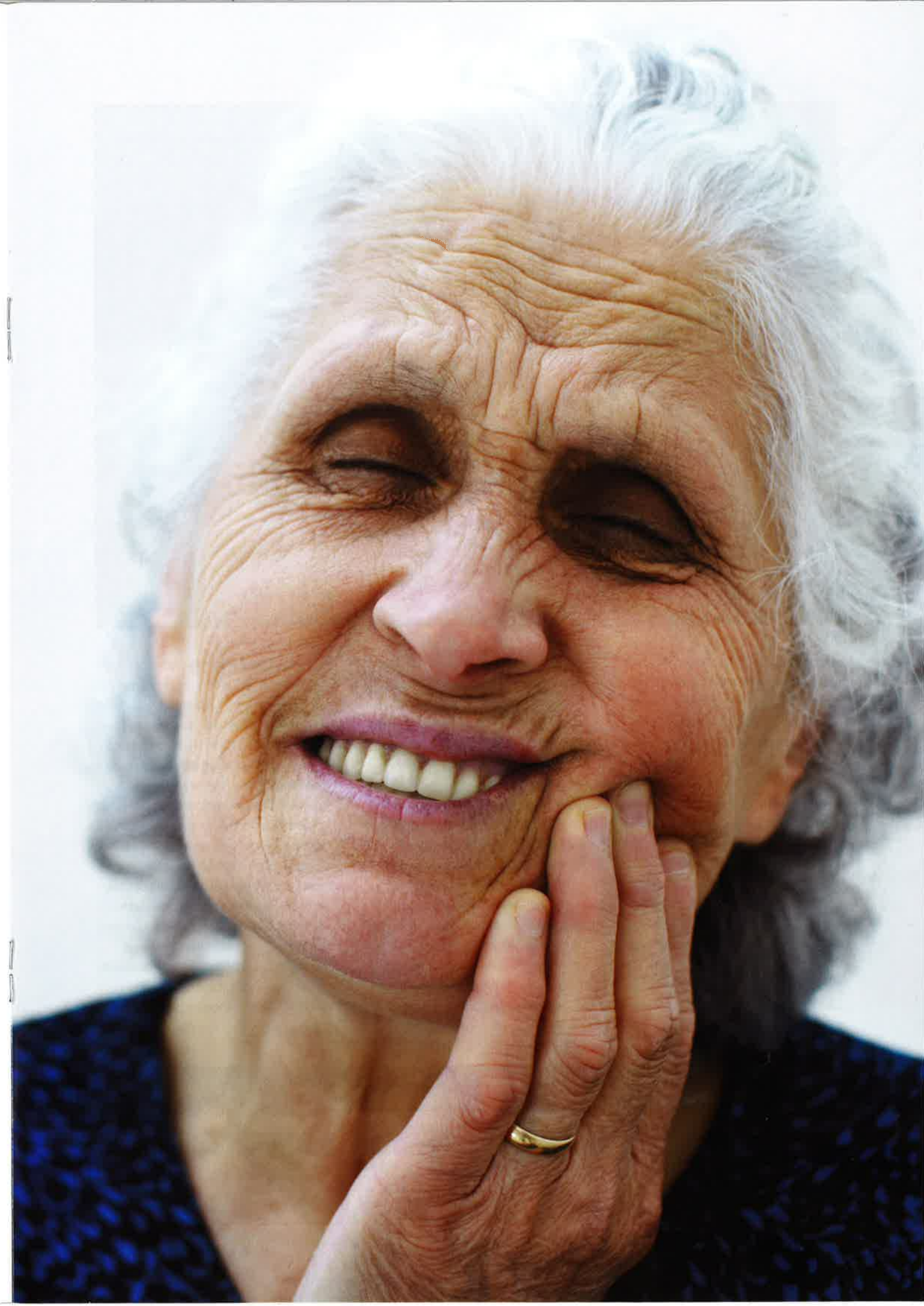
Nu kwetsbare ouderen – met de nodige ondersteuning – langer thuis blijven wonen, zal het aantal patiënten uit deze

en tandvlees. Ze zijn gevoeliger voor ontstekingen in de mond. De genezing van ontstoken tandvlees verloopt bij hen vaak minder goed. Bovendien kunnen

De Mond Niet Vergeten!

Stichting De Mond Niet Vergeten! (DMNV!) – met als deelnemers V&VN, KNMT, NVM-mondhygiënisten, ONT en ANT – zet zich in voor goede mondzorg voor kwetsbare ouderen in de thuissituatie. In de periode 2018 - 2019 is het doel '100.000 monden gezonder!', dat mede mogelijk gemaakt wordt door VWS. DMNV! heeft een aanpak ontwikkeld om multidisciplinair en samen met ouderen goede mondgezondheid van thuiswonende kwetsbare ouderen te bevorderen. Doel is dat thuiszorg, huisarts- en mondzorgpraktijk zich daarvoor inzetten, en dat zij hiervoor samenwerken met elkaar en lokale ketenpartners. Kijk voor meer informatie over DMNV! en mondzorg op www.demondnietvergeten.nl.

ontstekingen in de mond leiden tot complicaties in de algehele gezondheid. Ook hier begint het met bewustwording: de patiënt moet zich realiseren dat er een relatie bestaat tussen diabetes en de mondgezondheid. De POH moet zich realiseren dat hij of zij een rol heeft bij het signaleren – in de mond kijken





van de patiënt – en het verbinden met andere zorgprofessionals wanneer dat nodig is. Je kunt daarvoor eventueel het screenings- en verwijlsinstrument van DMNV! gebruiken.

Polyfarmacie

Een eenvoudige leidraad is, dat wanneer een patiënt vier verschillende medicijnen slikt, en het ANTI-middelen betreft (antibiotica, antidepressiva, antistolling en dergelijke) de kans groot is dat de bijwerking van deze medicijnen een droge mond veroorzaken. De gevolgen van een droge mond zijn groot. Een droge mond kan onder andere leiden tot een verminderde of zelfs vieze smaak. Daarnaast kan het problemen opleveren

met kauwen, slikken, spreken en slapen. Bovendien is de kans op tandbederf, tandsluitage en slijmvliesontstekingen vergroot. En dat kan leiden tot nieuwe gezondheidsklachten, die veelal niet in verband worden gebracht met de mondgezondheid.

Klachten door een droge mond zijn vaak wel goed te behandelen en te verzorgen. Daar kan de patiënt (en eventueel de mantelzorger) zelf een belangrijke rol in spelen. En bij een toegenomen kwetsbaarheid van de oudere kan de wijkverpleging daarbij hulp bieden. Op die manier kan verergering worden voorkomen. Een handig hulpmiddel bij de zorg voor de droge mond, is onze Mondzorg app met achtergrondinformatie

en een praktische stap-voor-stap methode.

De rol van de POH

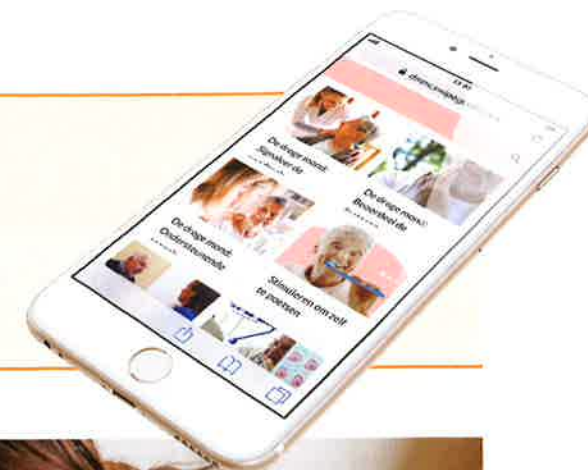
De POH kan de patiënt en de mantelzorg informeren over het belang van goede mondgezondheid. Wanneer nodig kan de POH de collega's uit andere discipline inschakelen: de wijkverpleging, wanneer het gaat om ondersteuning bij de mondverzorging thuis en de mondhygiënist wanneer het gaat om het schoonmaken en het periodiek volgen van de mondgezondheid. Wanneer er een oordeel gegeven moet worden over de mond dan is het belangrijk dat – uiteraard na overleg met de patiënt – met de tandarts wordt overlegd, om te bepalen

	2018	2030	2040
Aantal ouderen van 75 plus	1,3 miljoen	2,1 miljoen	2,5 miljoen
Waarvan thuiswonend	1.196.000 (92%)	2.006.000 (95%)	
Aantal kwetsbare ouderen 75 plus	700.000	1 miljoen	
Waarvan thuiswonend	395.000	662.000	

Bron: Ouderenmonitor 2018

Screeningsinstrument en Mondzorg app

DMNV! stelt handige hulpmiddelen ter beschikking, zoals een screenings- en verwijlsformulier, het Poetsboek en de Mondzorg app ofwel de Swipeguide. De Swipeguide is een instructie-app voor de ondersteuning van professionals bij de mondzorg voor kwetsbare ouderen. www.demondnietvergeten.nl.



of een behandeling noodzakelijk is, wat het behandelplan inhoudt en hoe de verschillende disciplines daaraan hun bijdrage kunnen leveren.

Keten voor goede mondzorg

De POH vormt een belangrijke schakel in de zorg en behandeling van kwetsbare ouderen in de thuissituatie. Die schakel kan zich verder versterken, door samen met de andere zorgprofessionals de keten voor goede mondzorg in de thuissituatie vorm te geven. Een praktische uitwerking zou er als volgt uit kunnen zien:

De POH:

- heeft regelmatig contact met kwetsbare groepen en besteedt aandacht aan mondzorg, in elk geval bij patiënten met;
 - diabetes
 - de ziekte van Parkinson
 - hartfalen
 - een doorgehaakt CVA
 - longaandoeningen
 - in geval van polyfarmacie

- doet aan casefinding (nieuwe patiënt in de praktijk, bij nieuwe diagnose voor een patiënt), gebruikt daarbij eventueel het screenings- en verwijlsinstrument van DMNV! en vervolgt de uitkomsten;
 - verwijst naar mondzorgverlener bij problemen
 - verwijst naar mondzorgverlener als oudere langer dan een jaar niet naar de tandarts is geweest
 - verwijst naar de wijkverpleging/ thuiszorg bij onvoldoende zelfzorg
 - bespreekt de bijzonderheden in het team met huisarts, doktersassistent(e) en/of praktijkverpleegkundige;
 - zorgt voor een follow-up, door de voortgang bij het volgende bezoek van de patiënt te bespreken en bij geen opvolging opnieuw te screenen en te verwijzen.

Maaïke Veenfliet is als implementatie-expert verbonden aan stichting DMNV!

Wat kom jij tegen in de praktijk?

We zijn benieuwd welke vraagstukken op het gebied van mondzorg bij kwetsbare ouderen POH'ers tegenkomen in de praktijk. Is er behoefte aan kennis? Zou het helpen om de sociale kaart rondom mondzorg wat te verkennen, is het handig om 'lijntjes' te leggen, informatie te ontsluiten, vaardigheden te oefenen? Kunnen we je hierbij ondersteunen? Deel je ideeën door een mailtje te sturen naar contact@demondnietvergeten.nl.

Patiëntgerelateerde belemmeringen voor mondzorg

