

Die Beeinträchtigung der Zähne oder gar Zahnverlust vermindern die mundgesundheitsbezogene Lebensqualität, sowie die wahrgenommene Allgemeingesundheit.

Die Bedeutung der Mundgesundheit im Alter (Teil 2)

Von Elisabeth Kalczyk, BA, Dental Hygienist

Wirft man einen Blick auf die Bevölkerungspyramide, so kann man erkennen, dass inzwischen über 20% der Bevölkerung über 65 Jahre alt ist. Bis zum Jahre 2030 ist mit einem Anstieg auf knapp 30% zu rechnen. Wir werden immer älter, aber leider bedeutet dies nicht automatisch, dass wir dadurch auch immer gesünder werden. Der Pflegebedarf steigt in Folge kontinuierlich an. Angesichts dieser demographischen Entwicklung sollten die optimale zahnärztliche Prävention und Betreuung im Alter thematisiert werden.



Viele Senioren sind noch fit und vital und können Mundpflegeanweisungen für zu Hause noch gut umsetzen. Aber eben nicht alle...

Foto: Elisabeth Kalczyk

Kiefergelenke und Kaumuskulatur

Im Alter ist vermehrt eine Abflachung der Gelenksflächen, Veränderung des Discus articularis im Sinne von Perforationen und Verlagerungen zu bemerken. Ursächlich sind im insbesondere Stoffwechselveränderungen und Erkrankungen, die zu Arthrosen führen können. Arthrosen werden häufig dem erhöhten Alter zugerech-

net. Altersbedingte Veränderungen betreffen aber auch die Kaumuskulatur. Dies beinhaltet eine zunehmende Atrophie, die Zunahme des Bindegewebes und Fett. Dadurch kann es zu einer verminderten Muskelkraft und einen reduzierten Muskeltonus kommen. Ein Einflussfaktor ist auch die mangelnde Aktivität. Zahnlosigkeit, Totalprothesen und weiche Kost erhöhen die Atrophie der Kaumuskulatur.

Zum Thema Ernährung

Durch eine des physiologischen Alterprozess unterworfenen reduzierte Geruchs- und Geschmacksempfindung, eine herabgesetzte Muskelkraft oder etwaige Zahn- und Kiefergelenksproblemen kommt es im zunehmenden Alter vermehrt zu Fehl- und Mangelernährungen.

Die Speisen werden zu stark gesalzen oder gesüßt, was wiederum die Allgemeingesundheit negativ beeinflusst. Schmeckt etwas nicht oder wird es nur in weichgekochter Form serviert, beeinflusst dies den Speichelfluss negativ. Pürierte Speisen etwa bieten nicht unbedingt einen appetitlichen Anblick, der Genuss und damit auch die Lebensqualität werden dadurch reduziert. Der daraus folgende ausbleibende Appetit und die verminderte Gleitfähigkeit der Speisen kann zusätzlich zu Gewichtsverlust führen.

Eine inaktivierte Kaumuskulatur und breiige Nahrung führen außerdem dazu, dass Essen viel besser an Zähne und Schleimhaut haften bleibt, was wiederum zu einem Anstieg oraler Erkrankungen führen kann. Dies trifft vor allem auf pflegebedürftige Personen, die auf Fremdhilfe angewiesen

sind, zu, wobei die Unterbringung in stationäre Pflegeeinrichtungen das Problem um ein Vielfaches verstärken. Zahnlosigkeit und mangelnde prothetische Versorgung und keine adäquate Unterstützung bei der täglichen Mundpflege ist leider in diesem Stadium der Hilflosigkeit gelebter Alltag. Hier zeigt sich leider ein signifikanter Anstieg an mangelnden Betreuungsmöglichkeiten durch den Zahnarzt und sein Team.

Mundgesundheit und Allgemeingesundheit

Zwischen Mundgesundheit und Allgemeingesundheit besteht eine Wechselwirkung. Sie sind keine geschlossenen Systeme, interagieren miteinander und beeinflussen sich gegenseitig. Es gibt eine Vielzahl an Zusammenhänge, die auch immer besser untersucht werden. Deshalb werden auch nur die wichtigsten dargestellt.

Herz-Kreislauferkrankungen etwa werden von einer Parodontitis negativ beeinflusst. Diese gilt als Indikator für ein erhöhtes KHK-Risiko. Durch den Eintritt oralpathogener Keime in den Blutkreislauf kommt es zu deren Ansiedlung an arteriosklerotische Plaques. Auch wurde ein gemeinsames Auftreten von Entzündungsmarkern bei beiden chronischen Erkrankungen beobachtet.

Die Prävalenz der Diabetes mellitus Typ2 im Alter ab 75 Jahren zeigt eine Prävalenz von etwa 20%. Durch die, der Diabetes mellitus einhergehende reduzierte Immunabwehr und überschießende Entzündungsreaktion, denen eine Funktionsstörung der Abwehrzellen zugrunde liegt, hat Diabetes mellitus eine direkte Wirkung auf andere entzündliche Prozesse im Körper. So auch maßgeblich auf die Parodontitis. Weiters ist bei Personen mit dieser Stoffwechselerkrankung der Bindegewebs- und Knochenmetabolismus gestört. Die Hyperglykämie spielt auch bei der Wundheilung eine entscheidende Rolle.

Auch der Einfluss der Mundgesundheit auf Demenzerkrankungen wird immer besser erforscht. Mastikation fördert die Gehirnaktivität, weil diese mehrere Muskelgruppen bedient. Durch Kaubewegungen wird

das Gehirn trainiert und auch besser durchblutet. Kauintensive Ernährung hat eine wichtige Funktion bei der Verhinderung der Progression einer Demenz. Wird die Funktion der Kaumuskulatur aufgrund Inaktivierung verlernt, so gehen diese bei demenzten Personen in der Regel für immer verloren. So gewinnt auch hier der Erhalt der Mundgesundheit und präventive Maßnahmen zur Zahnerhaltung immer mehr an Bedeutung. Zwischen 3 % und 11 % der über 65-Jährigen sind von Demenz betroffen, bei den über 85-Jährigen liegt dieser Anteil schon bei 27 % – 47 % und, diese Tendenz steigt aber kontinuierlich an.

Umgang und Betreuung älterer Patienten bei der Prophylaxesitzung

An und für sich gibt es keine allzu großen Unterschiede bei der Behandlung von über 65-Jährigen im Gegensatz zu jüngeren Erwachsenen, solange diese eine gute Allgemeingesundheit aufweisen. Eine ausführliche Anamnese ist immer unerlässlich, um eventuelle Medikamenteneinnahme und Kontraindikationen abzuklären. Auch muss einem bewusst sein, dass mit zunehmendem Alter die Wahrscheinlichkeit einer prothetischen Versorgung steigt, weshalb auch auf die Pflege und Handhabung geachtet werden muss.

Viele Senioren sind noch fit und vital und können Mundpflegeanweisungen für zu Hause noch gut umsetzen. Andere ältere Patienten sind durch ihren Gesundheitszustand vielleicht motorisch und kognitiv eingeschränkt, hier heißt es mit Geduld und Fingerspitzengefühl vorzugehen. In diesem Fall sollte man den Patienten nicht mit allzu vielen Informationen oder Anweisungen überschütten, Gespräche und Beratungen sollten aufrecht sitzend auf Augenhöhe erfolgen.

Wichtig sind auch klare Aussagen mit kurzen Sätzen zu wählen und das Sprachtempo der jeweiligen Situation anzupassen. Das Altersohr hört außerdem tiefe Töne besser und lieber. Damit ihr Gegenüber weiß mit wen er es zu tun hat, ist es sicher von Vorteil sich namentlich vorzustellen und Körperkontakt etwa durch Händeschütteln herzustellen.

Blickkontakt zu halten, kleine Pausen einzuhalten und sich während der Prophylaxesitzung zwischendurch nach dem derzeitigen Befinden erkundigen, beruhigt den Patienten. Außerdem schätzen ältere Patienten eine gleichbleibende Prophylaxebetreuung. Ein Wechsel des Betreuungspersonals sollte daher, wenn möglich, vermieden werden. All diese Maßnahmen fördern die Vertrauensbildung und können Berührungspunkte abbauen.

Auch wenn der Patient aufgrund Pflegebedarfs mit einer Begleitperson in der Praxis erscheint, sollte der Patient im Mittelpunkt stehen und die volle Aufmerksamkeit erhalten. Organisatorische Belange und Anweisungen für zu Hause können nach der Sitzung mit der Begleitperson besprochen werden. Diese schriftlich, und mit Bildern untermauert mitzugeben, erleichtert die Umsetzung zu Hause und trägt somit zur erfolgreichen Prophylaxe bei.

Je weniger häusliche Maßnahmen durchgeführt werden, sei es vom Patienten selbst, dessen Angehörigen oder dem Pflegepersonal, umso intensiver sollte die professionelle Unterstützung, mit verkürzten Recallintervallen, wahrgenommen werden.

INFO

Elisabeth Kalczyk BA, Dental Hygienist

Studium der Dental Hygiene und Ausbildung zur diplomierten Fachtrainerin. Seit fast 30 Jahren in der zahnärztlichen Assistenz und Prophylaxe tätig gewesen. Ihre Tätigkeit im Gesundheitswesen erstreckt sich von Lehrlingsuntersuchungen, betriebliche Gesundheitsförderung, Gruppenprophylaxe bei Kindern und Jugendlichen, Mitarbeit bei Gesundheitsmessen bis zu Prävention- und Gesundheitsprojekten aller Art. Masterstudium in Gesundheitsmanagement und Public Health.

ek@prophywissen.at
www.prophywissen.at

