

Toteutuuko muistisairaahan hammashoito tasa-arvoisesti kaikkialla?

Muistisairauden toteaminen käynnistää tarpeen saada monia asioita hoidetuksi. Suun ja hampaiden hoito on terveyden kannalta erittäin tärkeä asia, joka usein unohtuu. Muistisairaiden ihmisten suun terveyteen pitää kiinnittää nykyistä tehokkaammin huomiota niin terveydenhuollossa kuin kodeissakin.

Suunhoidon suunnitelma tarvitaan kotihoidon tueksi

Suun terveyden ammattilaiselle pitää heti alkuvaiheessa kertoa muistisairaudesta ja pyytää häntä tekemään kokonaisvaltainen suunhoidon suunnitelma. Muistisairauden edetessä on tarpeellista, että suuntutkimuksen käyntiväliä lyhennetään, esimerkiksi 6 kuukauteen. Muistisairaalle pitää lähettää kutsu sovittuihin suun terveyden tarkastuksiin eikä jättää ajan tilaamista hänen omalle vastuulleen. Tekstiviesti ei ole toimiva tapa kutsumiseen, vaan usein tarvitaan kirje, soitto tai näiden yhdistelmä.

Muistisairauden edetessä suun ja hampaiden omahoito saattaa vaikeutua ja erilaiset toimenpiteet aiheuttavat pelkoa ja kipua. Ikäihmisellä ja muistisairaalla omatoimista suunhoitoa voivat muistisairauden lisäksi vaikeuttaa motoriikan, tasapainon, lihasvoiman ja näkökyvyn heikkeneminen. Lisäksi ikääntyessä ja useiden lääkkeiden vaikutuksesta suu kuivuu herkemmin. Kuiva suu taas altistaa tulehduksille ja vaikeuttaa nielemistä.

Muistisairaiden ja ikäihmisten suun hoitoon perehtyneiden sosiaali- ja terveydenhuollon ammattihenkilöiden ja suuhygienistin sekä hammaslääkärin antama opastus hampaiden kotihoitoon on tärkeää, etenkin jos henkilö tarvitsee apua tai valvontaa. Omainen tai hoitohenkilö huolehtivat tarvittaessa päivittäisestä suun hoidosta. Kahdesti vuorokaudessa tapahtuvista hammashoitorutiineista on pidettävä kiinni ja huolehdittava, että siihen on tarvittavat välineet, kuten riittävän usein vaihdettu harja, sopiva tahna, joka ei ärsytä limakalvoja sekä hammasvälilanka tai -harja. Ruoan jälkeen suu on hyvä huuhtoa vedellä ja käyttää ksylitoli-tuotteita, jotka lisäävät myös syljen eritystä.

Ajoissa toteutettu hoito vähentää terveydenhuollon kustannuksia ja lisää elämänlaatua

Muistisairauteen sairastuneet ovat usein ikäihmisiä, mutta myös työikäiset voivat sairastua siihen. Iästä riippumatta useimmilla sairastuneilla on omat hampaat. Hyvin hoidettu ja terve suu vaikuttaa moniin asioihin: yleiskuntoon, ravitsemustilaan, sosiaaliseen kanssakäymiseen, tulehduksiin, suun ja hampaiden kipuihin sekä muihin sairauksiin ja niiden oireiden pahenemisen ehkäisyyn. Tällaisia sairauksia ovat esimerkiksi diabetes ja nivelreuma sekä mahdollisesti myös syöpätaudit, MS-tauti ja Alzheimerin tauti. Lisäksi riski aivo- ja sydäninfarktille voi kasvaa hoitamattomien suun ja hampaiden tulehdusten takia. Usein ei myöskään tulla ajatelleeksi, että suun tulehdukset voivat olla este terveydenhuollon toimenpiteille, kuten leikkausten toteutumiselle. Nämä kaikki lisäävät terveydenhuollon kustannuksia.

On tärkeää, että mahdolliset ongelmat voidaan havaita nopeasti. Suun hoidon laiminlyönti voi nopeasti johtaa oravanpyörään, jossa ongelmista on vaikea päästä eroon. Kivulias suu ja hampaat vaikeuttavat hoitoa entisestään. Ei ole tavatonta, että pitkälle edenneiden ongelmien takia muistisairaalta joudutaan poistamaan hampaita suun terveyden edistämiseksi. Muistisairas ei enää sairauden edetessä totu käyttämään proteesia ja syöminen vaikeutuu. Onnistuneella suun terveydenhoidolla on suuri vaikutus muistisairaahan henkilön hyvinvointiin ja elämänlaatuun.

Toivomme, että muistisairaiden kokonaisvaltaiseen suun terveyden hoitoon kiinnitetään huomioita riittävän aikaisessa vaiheessa kaikkialla. Silloin, kun hoito vielä onnistuu, sen avulla voidaan tehokkaasti ehkäistä tai siirtää myöhemmin esille tulevia ongelmia.

Kirjoittajat ovat Varsinais-Suomen Muistiaktiiveja. Varsinais-Suomen Muistiaktiivit on maakunnallinen vaikuttamisryhmä, joka koostuu muistisairauteen sairastuneista henkilöistä ja omaisista. Ryhmässä on paljon kokemustietoa muistisairauden vaikutuksista. Ryhmässä otetaan kantaa erilaisiin asioihin muistisairauteen sairastuneiden henkilöiden ja omaisten näkökulmasta. Ryhmän sihteerinä toimii Varsinais-Suomen Muistiluotsin aluesuunnittelija, jonka kautta ryhmään saa yhteyden. Varsinais-Suomen Muistiluotsin internet-sivuilta löydät lisätietoja [Varsinais-Suomen Muistiaktiivien toiminnasta](#).