



Studenten des 3. Jahres des
Laureatsstudienganges Dentalhygiene an der
Landesfachhochschule Claudiana, Außensitz der
Università del Sacro Cuore in Rom

Handbuch zur Mundhygiene für Menschen mit Down-Syndrom Anleitung für das Pflegepersonal Auflage 2017

Abdelkarim Avin, Barbugian Fabio, Ben Mansour Sonia,
Dedej Alvaro, Dellasega Chiara, Giacomini Nicole, Girardi Giulia, Grünfelder Ruth, Insam Irene,
Kaiser Caroline, Kostner Laura, Lanz Karin, Pichler Elisabeth, Pigneter Marina, Pugneth Tamara,
Scapin Cristiana, Schweigl Katharina, Trebo Christine

Verantwortliche des Projektes
Dott. Mag. Massimo Roperti, Dott.ssa Manuela Perli



Handbuch zur Mundhygiene für Menschen mit Down-Syndrom Anleitung für das Pflegepersonal

PROJEKT FÜR SOZIALE DIDAKTIK

Information und Anleitung zur Mundhygiene
für Menschen mit
Down-Syndrom



auch online unter www.claudiana.bz.it/de/dentalhygiene.asp

INHALTSVERZEICHNIS

Einführung	1
Definition	2
Erscheinungsbild	3
Warum ist die Mundhygiene so wichtig?	4
Zahn- und Zahnfleischerkrankungen	5
Ernährung	6
Mundhygieneutensilien	7
Putztechnik	8
Professionelle Zahnreinigung	9

EINFÜHRUNG

Das Down-Syndrom ist eines der häufigsten genetischen Veränderungen. In Italien leben schätzungsweise 38.000 Menschen die davon betroffen sind.

Derzeit wird ein Kind von 1.200 mit Down Syndrom geboren, d. h. jeden Tag durchschnittlich 2 Kinder; davon kommen jedes Jahr etwa 7 Kinder in Südtirol auf die Welt.

Durch die erhöhte Anfälligkeit für Karies, Gingivitis und Parodontitis ist es sehr wichtig, dass diese Menschen vorsorglich bzw. regelmäßig überwacht werden.

Wir Studenten/Innen der Fachrichtung Dentalhygiene an Landesfachhochschule für Gesundheitsberufe "Claudiana" haben uns intensiv mit dem Thema "Down-Syndrom" auseinandergesetzt und eine Informationsbroschüre zur Aufklärung der Mundhygiene für das Pflegepersonal und für Dentalhygieniker zur praktischen Anwendung gestaltet.

Mit diesen Anleitungen zur häuslichen sowie zur professionellen Mundhygiene möchten wir auf deren Wichtigkeit hinweisen. Außerdem werden noch wichtige Mundkrankheiten erklärt und zusätzlich Tipps gegeben, wie die Ernährung die Zahngesundheit positiv beeinflussen kann.

Es war uns daher ein großes Anliegen, die Broschüre so zu gestalten, dass jeder einen Nutzen daraus ziehen kann, auch diejenigen, die in diesem Fachbereich kein spezifisches Wissen aufweisen.





DEFINITION

Beim Down-Syndrom liegt eine Veränderung des Erbgutes vor, das Chromosom 21 ist dreifach vorhanden (Trisomie 21).

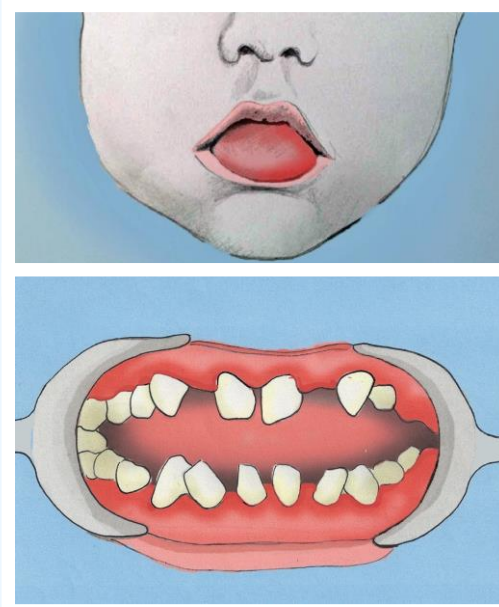
Menschen mit Down-Syndrom zeigen ganz bestimmte körperliche Besonderheiten und haben auch geistige Einschränkungen verschiedener Schweregrade.

Sie sind besonders gefühlsbetont, sensibel und brauchen deshalb eine besondere Unterstützung.



ERSCHEINUNGSBILD

Die Mundgesundheit ist bei Menschen mit Down-Syndrom besonders gefährdet und benötigt unsere Unterstützung.



Die häufigsten Probleme sind:

- Karies
- Zahnfleischentzündungen
- Parodontale Erkrankung
- Mundgeruch

Die Ursachen liegen in den Begleiterscheinungen, die häufig mit dem Syndrom einhergehen:

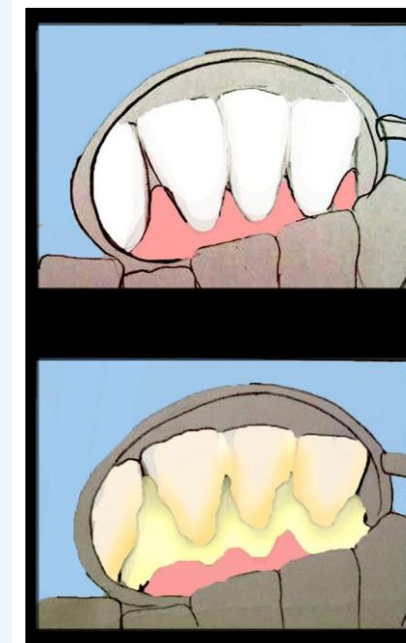
- Durch Veränderung der Form, Größe und Struktur der Zähne sind diese weniger widerstandsfähig
- Durch Mundatmung entsteht eine Mundtrockenheit
- Eine verringerte Immunabwehr erleichtert Entzündungen
- Eine gestörte Motorik führt oft dazu, dass eine eigenverantwortliche Mundhygiene nicht ausreichend ist, darum ist die Unterstützung beim Zähneputzen durch eine Betreuungsperson unbedingt notwendig
- Herzprobleme, Schilddrüsenprobleme und Diabetes beeinflussen das Zahnfleisch und die Mundschleimhaut, umgekehrt können Erkrankungen im Mund diese Erkrankungen verschlimmern

WARUM IST DIE MUNDHYGIENE SO WICHTIG?

Zähne sind nicht nur wichtig zum Abbeißen und Kauen, sondern auch für das Sprechen und die Ästhetik eines Gesichts. Mit einer guten Zahn- und Mundhygiene werden Erkrankungen der Zähne und des Zahnfleischs vermieden und damit Schmerzen und Zahnverlust vorgebeugt.

Die Beläge müssen von den Zähnen entfernt werden, da sie eine Vielzahl von Bakterien enthalten.

Nur wo Beläge sind kann es zu Karies und Entzündungserkrankungen kommen. Es bestehen auch Zusammenhänge zwischen Zahnerkrankungen und verschiedenen Allgemeinerkrankungen.



Insgesamt bedeuten gesunde Zähne und ein gesundes Zahnfleisch ein großes Stück Lebensqualität und Sicherheit im sozialen Umgang.

WAS IST KARIES?

Was ist Karies?

Das Risiko Karies zu entwickeln ist individuell und hängt von vier Faktoren ab:

- Bakterien
- Zeit
- Zucker
- Individuellen Faktoren (Eigenschaften des Speichels und des Zahnschmelzes)



Karies bei Menschen mit Down-Syndrom

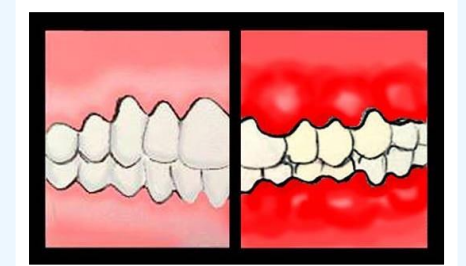
Die Kariesanfälligkeit ist erhöht!

Zum einen durch eine erhebliche Einschränkung der Kooperationsfähigkeit und der Handfertigkeiten, zum anderen aber auch durch die Mundtrockenheit. Therapie und Prophylaxe sind in ihrer Durchführung erschwert, jedoch umso wichtiger.

Eine korrekte und regelmäßig durchgeführte MUNDHYGIENE ist für die Kariesprävention unentbehrlich.

WAS IST GINGIVITIS?

Bei Menschen mit Down Syndrom sind Erkrankungen des Zahnhalteapparates die häufigsten Probleme im Bereich der Mundhöhle. Zumeist führt eine inadäquate Mundhygienesituation schon in jungen Jahren zu massiven Destruktionen.



Gingivitis

Mit dem Begriff "Gingivitis" wird eine akute oder chronische Entzündung des Zahnfleisches, der Gingiva, bezeichnet. Sie wird durch den Biofilm, den sogenannten "bakteriellen Zahnbelag" ausgelöst: dieser besteht aus Mikroorganismen, Bestandteilen des Speichels, Stoffwechselprodukten von Bakterien und Nahrungsresten und ist Voraussetzung für die Entstehung verschiedener Erkrankungen von Zahn und Zahnfleisch.

Anzeichen einer Gingivitis

- Rötung
- Schwellung
- Blutung

Wenn Gingivitis behandelt wird, ist es kein Problem die Entzündung zu beseitigen. Wird sie jedoch nicht behandelt, kann sie zu einer Parodontitis werden.

Die Behandlung

Es gibt zwei wichtige Methoden:

- 1) Die richtige und systematische Ausführung der alltäglichen Zahnreinigung
- 2) Regelmäßige Professionelle Zahnreinigung um die bakterielle Ansammlung im Sulcus zu entfernen.

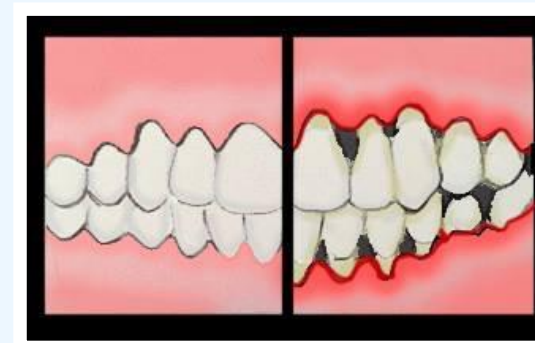
WAS IST PARODONTITIS ?

Eine nicht behandelte Gingivitis kann sich zu einer Parodontitis entwickeln. Dabei handelt es sich um eine bakteriell bedingte Entzündung, bei der es bereits zu einer weitgehend irreversiblen Zerstörung von Teilen des Zahnhalteapparates (Bindegewebe und Knochen) gekommen ist. Unbehandelt kann die Parodontitis zum Zahnverlust führen. Außerdem erhöht eine unbehandelte Parodontitis das Risiko für Herzerkrankungen und Diabetes. Eine rechtzeitige und richtige Behandlung ist überaus wichtig.

Symptome

Parodontalerkrankungen sind für gewöhnlich schmerzlos. Daher werden sie vom Patienten häufig nicht bemerkt. Folgende Anzeichen können auf eine Erkrankung des Zahnhalteapparates hindeuten:

- Zahnfleischbluten beim Putzen
- Rotes, geschwollenes oder empfindliches Zahnfleisch
- Zahnfleisch, das sich von den Zähnen zurückgezogen hat
- Mundgeruch
- Sekret-oder Eiterentleerung aus Zahnfleischtaschen
- Lockere Zähne
- Bissveränderungen bzw. Prothesen sitzen nicht mehr gut



Vorbeugung

Um die Parodontitis vorzubeugen ist es wichtig:

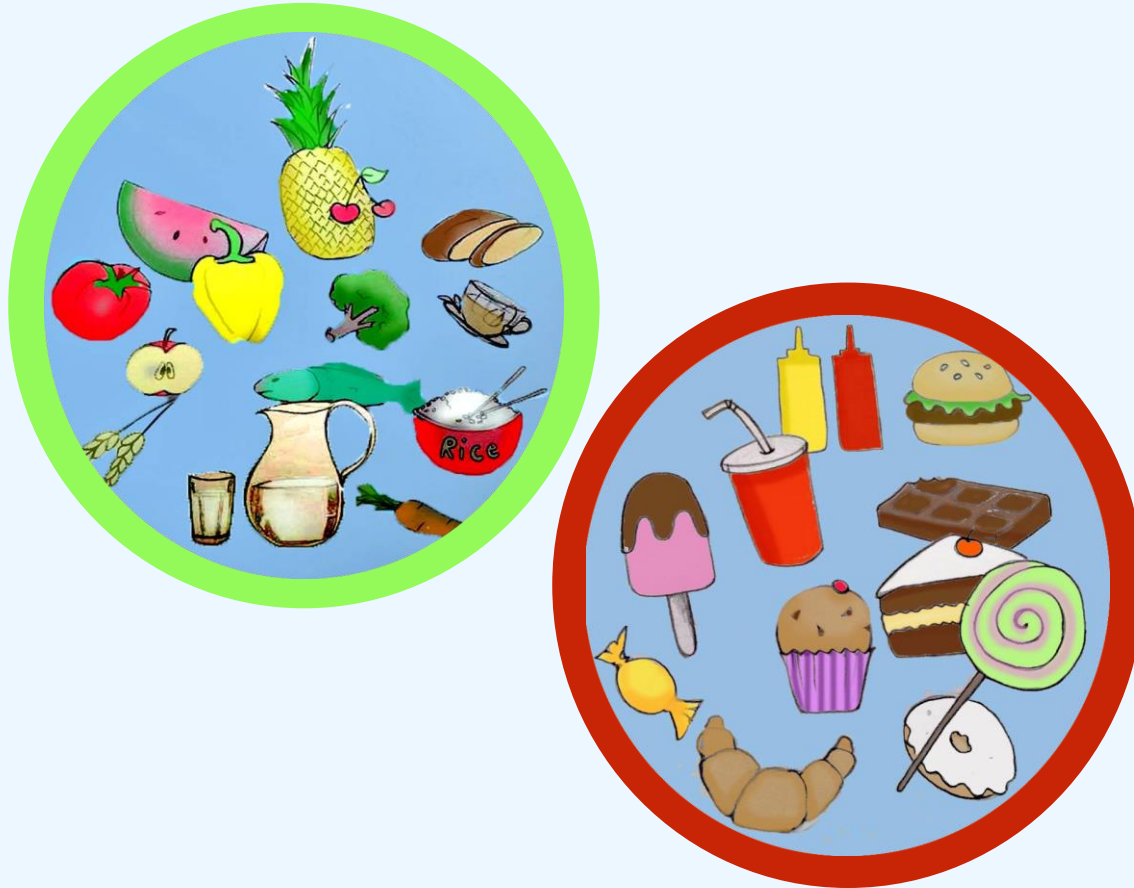
- Regelmäßig (d.h. jeden Tag) eine gründliche Zahnreinigung durchzuführen
- Sich ausgewogen zu ernähren
- Das Rauchen aufzugeben oder wenigstens zu reduzieren
- Bei vorliegendem Diabetes, dieses gut unter Kontrolle zu halten
- Regelmäßige Kontrollen beim Zahnarzt wahrnehmen

Behandlung

Am Anfang der Behandlung steht eine präzise Diagnostik: klinische und röntgenologische Untersuchung, in manchen Fällen ergänzt durch mikrobiologische Maßnahmen. In der Regel werden zunächst Plaque und Zahnstein sowie harte Ablagerungen unterhalb der Zahnfleischgrenze entfernt. Dabei werden die Wurzeloberflächen nicht nur gereinigt, sondern auch geglättet. Dies geschieht mit Scalern, Küretten und mit ultraschallbetriebenen Geräten. Spülungen mit antibakteriellen Mitteln können dazu beitragen, das Bakterienwachstum zu kontrollieren. Ergänzend können auch weitere Verfahren, wie Laser, Pulverstrahlverfahren und antimikrobielle Verfahren eingesetzt werden.

ERNÄHRUNG

Eine gesunde, ausgewogene Ernährung hat wesentlichen Einfluss auf die Gesundheit des Körpers, aber auch auf jene von Zähne und Zahnfleisch.



Häufiger Zuckerkonsum begünstigt die Entstehung von Karies. Besonders wenn zuckerhaltige Produkte über einen langen Zeitraum, langsam oder nach und nach konsumiert werden.



- Ausreichend Flüssigkeit (ca. 1,5 Liter) in Form von Wasser, ungesüßten Tees oder verdünnten Obstsaften
- Zahnfreundliche Lebensmittel mit dem „Zahnmännchen“-Zeichen (Lebensmittel ohne Zucker und zahnschädigende Substanzen)
- Regelmäßige körperliche Betätigung
- Vitamin D, Kalzium und Fluorid in Milch und Milchprodukten, Fisch, Trinkwasser und in einigen Teesorten
- Wenig Fette und fettreiche Lebensmittel (Butter, Wurst, Sahne, Käse usw.)
- Keine zuckerhaltige Zwischenmahlzeiten und Getränke
- Keine erhöhte Kalorienzufuhr, sondern dem Alter und Lebensstil gemäß
- Klebrige Speisen vermeiden und rohes Obst/Gemüse, das gekaut werden muss, bevorzugen (fördert den Speichelfluss)



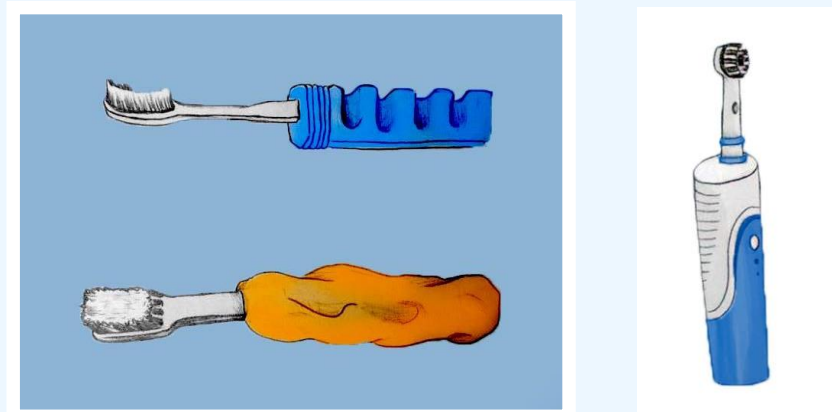
Die frequente Aufnahme von zuckerhaltigen Lebensmitteln fördert die Kariesbildung.

MUNDHYGIENEUTENSILIEN

Handzahnbürste

- Kleiner Bürstenkopf mit weichen Borsten
- Griff sollte gut in der Hand liegen und nicht rutschen
- Anbringen von individuellen Griffen kann hilfreich sein

Individuell angepasste Zahnbürsten



Elektrische Zahnbürste

Oftmals eine Erleichterung, da die Reinigungsbewegung nicht selbst durchgeführt werden muss. 2 Typen:

1. Rotierende/oszillierende Zahnbürste
2. Schallzahnbürste

Generell gilt, dass alle Zahnbürsten regelmäßig – spätestens nach 2 Monaten – und nach einer Erkrankung durch neue ersetzt werden sollten.

Zungenreiniger

Auf der rauen Zungenoberfläche befinden sich viele Bakterien sowie schlechtriachende Abbauprodukte von Speisen. Deshalb ist der Zungenbelag Hauptursache von Mundgeruch.

Anwendung: man nimmt die Zungenspitze eventuell mit einer Gaze zwischen Daumen und Zeigefinger und führt den Zungenreiniger von hinten nach vorn.

Interdentalbürstchen

Zum Reinigen der Zahnzwischenräume.

Mundwasser

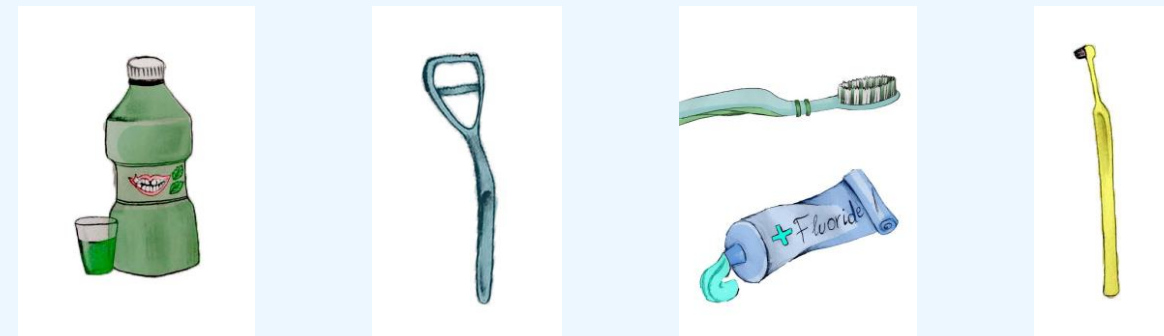
- Fluorhaltige Mundspülungen zum Schutz vor Karies
- Antibakterielle Mundspülungen gegen Entzündungen

Diese Produkte sollten nur für einen begrenzten Zeitraum und nach Rücksprache mit dem Dentalhygieniker/In eingesetzt werden.

Zahnpasten – Fluorgelees

Die ausgewählte Zahnpasta sollte Fluoride beinhalten, um einen noch besseren Kariesschutz zu gewährleisten.

Bei Unsicherheiten zur Wahl der Zahnpasta sowie zur eventuellen Anwendung spezieller Fluoridgelees, berät sie Ihr/e Dentalhygieniker/In sehr gerne.



ZAHNPUTZTECHNIK

Die Zähne sollten mindestens zweimal täglich geputzt werden. Wir beginnen mit den Kauflächen und bewegen die Zahnbürste vor und zurück.

Die Außenflächen werden bei geschlossenen Zähnen mit großen Kreisbewegungen geputzt, Ober- und Unterkiefer gleichzeitig.

Zum Schluss und nicht zu vergessen sind die Innenflächen der Zähne. Jeder Zahn wird einzeln mit kleinen Kreisbewegungen geputzt.

Ein weiterer wichtiger Bestandteil bei der täglichen Mundhygiene sollte die Kontrolle der Mundschleimhaut sein. Die Früherkennung eventueller Warnzeichen ist unerlässlich:

- Blutungen
- Verfärbungen der Schleimhaut
- Mundtrockenheit
- Zungenveränderungen
- Mundgeruch

Das sind alarmierende Zeichen!



PROFESSIONELLE ZAHNREINIGUNG

Ihr/e DentalhygienikerIn kann Ihnen gerne in einer professionellen Beratung weitere Informationen geben und auf Ihre individuellen Probleme eingehen.

- Regelmäßige Sitzungen im Abstand von 3-4 Monaten gewähren eine optimale Vorsorge.
- Je öfter der Patient zur Vorsorge kommt, desto selbstverständlicher und problemloser werden die Mundhygienesitzungen wahrgenommen

