

**ZAHNREINIGUNG** // Steigende Lebenserwartung und sinkende Geburtenzahlen führen dazu, dass der Anteil betagter Patienten auch in den Praxen weiter steigt. Eine WHO-Definition besagt, dass Menschen mit 65 Jahren als alt gelten. Wichtiger ist jedoch das biologische Alter – und hier spielt gerade auch die Mundgesundheit eine entscheidende Rolle. Gut, wenn sich Zahnarztpraxen darauf einstellen, denn alt werden wir alle mal.

## ZWECKMÄSSIGE MUNDHYGIENE – NATÜRLICH AUCH IM ALTER

Dr. Ralf Seltmann/Hamburg



### Vom Zahn der Zeit und seinen Auswirkungen

Auch das Alter ist durch charakteristische gesundheitliche Begleiterscheinungen gekennzeichnet: Körperfunktionen lassen nach, Krankheiten werden häufiger und verlaufen oft komplizierter. Im Mund sind das besonders Parodontalerkrankungen, Wurzelkaries und Zahnverluste. Erschwerend kommen oft Allgemeinerkrankungen dazu, nicht selten mit negativen Auswirkungen auf die parodontale Gesundheit (z. B. Diabetes). Nimmt ein Patient fünf oder mehr Medikamente täglich ein, spricht man von Polypharmazie. Manche davon haben unerwünschte Nebenwirkungen wie Schleimhautwucherungen, Mundgeruch oder reduzierten Speichelfluss (Hyposalivation). Ist die Spül- und Pufferwirkung des Speichels eingeschränkt, kommt es leichter zu Karies und Gingivitis. Nachlassende Wahrnehmung, Geschicklichkeit und Gedächtnisleistung erschweren eine effiziente und regelmäßige Mundhygiene zusätzlich. Auch Änderungen der Kost können eine Rolle spielen. Die letzte Erhebung zur Mundgesundheit (DMS V, 2016) hat gezeigt, dass besonders bei jüngeren Senioren (65–74 Jahre) der Anteil Zahnloser weiter sinkt und die Versorgung mit feststehendem Zahnersatz zunimmt – ein erfreulicher Beleg für die Wirksamkeit prophylaktischer Bemühungen. Parodontopathien verlagern sich weiter in das Alter 75+, wo auch öfter Pflegebedürftigkeit und Zahnlosigkeit vorkommen.

**Abb. 1:** Bei älteren Patienten steht oft der Erhalt von Zähnen, Implantaten oder des Zahnersatzes im Vordergrund.

Jemand sagte mal anlässlich seines runden Geburtstags voller Optimismus und mit einem Augenzwinkern: Es ist gar nicht schlimm, 60, 70 oder älter zu werden – schlimm ist nur, wenn man es nicht wird. Tatsache ist: Zuversicht und Lebensfreude im fortgeschrittenen Alter sind für viele eng mit der eigenen Gesundheit verbunden. Jeder kennt sie, die körperlich und geistig

fitten „jungen Alten“, die aktiv ihre Freizeit genießen können. Doch mancher muss sich auch mit gesundheitlichen Einschränkungen arrangieren oder ist sogar pflegebedürftig. Ebenso unterschiedlich sind Interesse und Erwartungen an Funktion, Ästhetik und Pflege der Zähne. Dieser Thematik widmet sich z. B. die Deutsche Gesellschaft für Alterszahnmedizin (dgaz.org).



Abb. 2

Abb. 2: TePe Angle – mit abgewinkeltem Kopf und langem ergonomischen Griff.

### Alt sein ist relativ, gute Vorsorge und Pflege nicht

Bei älteren Patienten steht oft der Erhalt von Zähnen, Implantaten oder des Zahnersatzes im Vordergrund – der Recall bleibt weiterhin wichtig. Der Prävention und Früherkennung in der Praxis oder bei der aufsuchenden Betreuung kommt eine besondere Bedeutung zu. Wichtig ist auch ein Sortiment altersgerechter Mundpflegemittel. Für die Zahnzwischenräume sind Interdentalbürsten am effektivsten. Modelle mit abgewinkeltem Kopf und längerem, ergonomischen Griff helfen nicht nur den Älteren, sondern ggf. auch dem Pflegepersonal.

Als Erleichterung bei motorischen Einschränkungen gibt es für Zahn- und Prothesenbürsten aufsteckbare Griffverstärker für die Zahnbürste, die ein besseres

Handling ermöglichen. Fällt den Senioren die aktive Mundöffnung schwer, kann der Griffverstärker, z.B. TePe Extra Grip, bei ausreichender Abstützung im Seitenzahnbereich vom Pflegepersonal kurzfristig auch als Bissperre genutzt werden. Angenehmer ist es, wenn danach die Kaumuskulatur zur Lockerung etwas massiert wird. Nach dem Zähneputzen können fluoridhaltige Gele aufgetragen werden, besonders im Bereich der Zahnhälse. Ein Zungenreiniger verringert die bakterielle Besiedlung der Mundhöhle, verbessert das Geschmacksempfinden und kann Mundgeruch reduzieren. Bei ausgeprägtem Würgerreiz erfordert seine Anwendung allerdings gerade am Anfang etwas Übung. Es hilft, zuvor den Akupressurpunkt (KG 24) in der Mitte der Mentolabialfalte intensiv zu stimulieren. Zahnersatz wird täglich gereinigt, zahnlose Kieferare-

ale können dabei massiert werden. Eine gute Prothesenhygiene schützt nicht nur vor Karies, Infektionen und Pilzbefall. Gerade bei Hochbetagten – Zahnersatz am besten nachts entfernen – hilft sie, wie die PA-Therapie, zur Vermeidung aspirationsbedingter Lungenentzündungen, die eine ernste Lebensbedrohung sind.

### Vom Umgang mit älteren Patienten

Wer möchte nicht, dass ihm im Alter mit Geduld und Akzeptanz begegnet wird? Nur ist es gar nicht immer so einfach, sich in die Lage älterer Patienten zu versetzen. Für alte Menschen gibt es deutlich mehr Herausforderungen im Alltag, als wir Jüngeren uns vorstellen können. Deshalb hat die Uni Zürich einen Gero-Parcours zur Simulation typischer Alterseinschränkungen entwickelt (z.B. Mobilität, Transfer, Sinne und Umgang). So können auch Jüngere das Altern praktisch am eigenen Körper erleben. Geschult werden übrigens auch zahnärztliche Teams.\*

\* Stillhart A et al.: Das Altern am eigenen Körper erfahren: Der Gero-Parcours, Quintessenz 2017; 68 (1): 55–64.



**TEPE D-A-CH GMBH**

Dr. Ralf Seltmann  
Manager Clinical Affairs

Flughafenstraße 52

22335 Hamburg  
Tel.: 040 5701230  
kontakt@tepe.com  
www.tepe.com

Abb. 3: TePe Grip – aufsteckbarer Griffverstärker. Abb. 4: TePe Zungenreiniger – zur Verringerung einer bakteriellen Besiedlung der Mundhöhle.



Abb. 3



Abb. 4