



# Hygiejne i hjemmepleje og på plejehjem

## Mundhygiejne

### Baggrund

Der ses generelt et stigende problem med mund- og tandhygiejne, idet flere ældre end tidligere bevarer deres egne tænder. Undersøgelser viser at op mod 80 % af beboerne på plejehjemmene ikke selv kan udføre tilstrækkelig mundhygiejne og tandbørstning, men mange af dem får ikke hjælp til det. Desuden ses en sammenhæng mellem dårlig mundhygiejne og forekomst af lungebetændelser og andre luftvejsinfektioner. Både tandkødsbetændelse og betændelse i tandbærende kæbe kan resultere i kroniske tilstande og infektioner, og disse mikroorganismer er særligt farlige ved aspiration (fejlsynkning i lungerne) i forhold til den almindelige bakterieflora i mundhulen. Derfor er det nødvendigt at plejepersonalet får screenet den enkelte borger, og hjælper med mundhygiejnen hvor det er nødvendigt.

Dårlig mundhygiejne kan ligeledes medføre hjertekarsygdomme og dårligt reguleret diabetes, ligesom dårlig ernæringstilstand ofte er en følge.

### Formål

At alle borgere i plejen får den optimale mundhygiejne og at risiko for følgetilstande dermed reduceres.

### Krav til personalet

- Personalet skal efterleve de generelle infektionshygiejniske forholdsregler.
- Personalet skal kunne vurdere og dokumentere borgerens mundhygiejne status og behov for hjælp til mundhygiejne.
- Personalet skal have viden om og forståelse for at kunne hjælpe med korrekt mundhygiejne hos borgeren.
- Borgere, som ikke selv kan, tilbydes hjælp til mundhygiejne to gange dagligt.

### Fremgangsmåde

Følgende skal undersøges og vurderes:

- Klinisk undersøgelse:
  - Beskriv ånde
  - Læberne: sprækker/sår/tørhed
  - Tongen/ mundhulen: Belægninger/sår/blister/tørhed i slimhinder
  - Den hårde gane: Evt. belægninger
  - Tandstatus: Vurdering af gummer, knækkede tænder og protese
- Borgerens egen oplevelse af evt. gener.
- Borgerens evne til at udføre mundhygiejne



# Hygiejne i hjemmepleje og på plejehjem

## Mundhygiejne

### Dokumentation

Beskriv personalets handlinger ift. borgerens mundpleje i handlingsanvisningen under indsatsen "personlig pleje" evt. under en særskilt overskrift: "Mundpleje". (ServiceLov). I tilstanden "Kropspleje" beskrives borgerens funktionsnedsættelser ift. mund og tandstatus.

Ifald der er udfordringer med at spise pga. tandstatus (fx dårlige eller manglende tænder) beskrives dette i tilstanden "Spise" og personalets handlinger (fx at maden skal skæres ud) beskrives i handlingsanvisningen til indsatsen "Tilberede og anrette mad" (ServiceLov).

Udgør det et sundhedsmæssigt problem fx tygge/synkeproblemer, som kræver en sundhedslovsindsats, beskrives problemet i helbredstilstanden "Problemer med fødeindtag" (Sundhedslov).

### Mundpleje af naturlige tænder

Det kan være svært at vurdere hvornår en borger ikke længere selv formår at udføre en sufficient mund/tandhygiejne. Derfor er det vigtigt at plejepersonalet med jævne mellemrum (evt. mere specifikt) ser om borger børster tænderne grundigt nok, og kigger munden efter og evt. supplerer med selv at børste tænderne efter.

Kan borgeren ikke selv udføre nedenstående, kan han/hun formentlig heller ikke selv udføre en tilstrækkelig mundhygiejne:

- Kan borgeren selv skrive sit navn?
- Kan borgeren selv tørre sig ved toiletbesøg?
- Kan borgeren selv snøre sine snørebånd?

Huskeregul: Hvis man ikke selv kan tage sokker på er det tvivlsomt om man kan børste tænder selv.

#### Udføres 2 gange dagligt ved behov for hjælp

- Observer munden for sår, belægninger, blødninger, smerter samt farve på slimhinder
- Sæt system i tandbørstningen
- Tænder og tandkødsrande børstes rene
- Børst evt. tungen med tandbørsten og tandpasta
- Brug plasttandstikker/GUM soft pick eller mellemrumsbørster.

### Mundpleje ved proteser

Når protesen er taget ud, skylles munden eller der anvendes swaps. Alternativt en skumklud viklet om en finger (uden på handsken). Gummerne efterses for sår, belægninger, smerter samt farver på slimhinderne.



# Hygiejne i hjemmepleje og på plejehjem

Udarbejdet af arbejdsg. Tidlig Opsporing, rev. Af Hyg. Sgpl. Birgitte Sachmann samt Omsorgstandplejen Godkendt af Leder Anette Bach Mogensen  
Version 2.0

## Mundhygiejne

Gældende fra juni 2023  
Rev. senest juni 2026

### Rengøring af proteser

Protesen skal altid rengøres om aftenen, hvad enten den tages ud eller ej. Når protesen ikke sidder i munden, opbevares den i en ren beholder eller alternativt på en ren serviet. Inden protesen sættes i munden, efterses og skylles munden som ovenstående (sørg for ordentligt lys for at se efter belægnings på protesen), hvorefter protesen fugtes og sættes på plads.

- Anvend håndsæbe eller flydende sæbe på en neglebørste eller protesetandbørste til proteser og rengør hele protesen (tandpasta ridser protesen). Der må ikke anvendes varmt vand, da proteser kan ændre form
- Skyl godt efter med vand

Ved belægnings på proteser laves en eddikeblanding (½ klar husholdningseddike til madlavning+ ½ vand) og proteser lægges i blandingen natten over. Proteser skylles grundigt med vand når den tages op. Er proteser meget snavset, kan den lægges i en biotex blanding natten over. Skylles grundigt med vand når den tages op.

### Særlige tiltag

Ved belægnings på tungen, der ikke kan fjernes med en almindelig tandbørste, samt ved mundsvamp kan det være nødvendigt at benytte en særlig tungebørste. Obs at Mucostatin (oralt svampemiddel) ikke virker hvis der er belægnings, så belægningserne skal fjernes inden midlet gives.

Belægnings skal reduceres inden for 2 døgn ved målrettet indsats, ellers lægekontakt.

HUSK at sukker fremmer svamp. Dansk vand kan have en positiv effekt på svamp.

### Tips og tricks

Hvis borgeren har svært ved at holde mund åbent/bider sammen under mundpleje, kan anvendes mundstøtte/bidstøtte. <https://tandhjaelpen.dk/shop/hjaelpemidler-generelt-10c1.html>

Munden skylles med vand efter:

- Inhalationsmedicin
- Medicinindtag
- Måltider

Hvis en borger ikke kan spytte ud, kan munden renses med swaps vædet med vand i stedet for mundskyl. Dette gælder også borgere med dysfagi.



# Hygiejne i hjemmepleje og på plejehjem

Udarbejdet af arbejdsg. Tidlig Opsporing, rev. Af Hyg. Sgpl. Birgitte Sachmann samt Omsorgstandplejen Godkendt af Leder Anette Bach Mogensen  
Version 2.0

## Mundhygiejne

Gældende fra juni 2023  
Rev. senest juni 2026

Er der behov for sparring vedrørende mundpleje kan omsorgstandplejen i Fredericia kontaktes. Tlf. 72106730. [voksstandplejen@fredericia.dk](mailto:voksstandplejen@fredericia.dk)

## Vejledninger i praktisk udførelse – og brugt som reference

Se vejledninger, både på tekst og video fra hjemmesiden Omsorgstandpleje.org her:

[Hvordan kan du vurdere en borger har evner til at varetage egen mundplejen? - Omsorgs-, special- og socialtandpleje \(omsorgstandpleje.org\)](#)

[Vejledninger - Omsorgs-, special- og socialtandpleje \(omsorgstandpleje.org\)](#)

<http://omsorgstandpleje.org/vejledninger/vidoevejledninger/>

<https://voksstandplejen.kk.dk/vores-tilbud/shared-oral-care-et-forebyggede-mundplejeprogram>

## Yderligere referencer

Infektionspakken – stop infektioner april 2015

Nationale infektionshygiejniske retningslinjer, Plejehjem, hjemmepleje, bo- og opholdssteder mm, CEI 1. udgave 2020

<https://hygiejne.ssi.dk/NIRPrimaersektor>