



Vær opmærksom på ikke at have rester af tandpasta i munden efter endt tandbørstning.



MUNDHYGIEJNE

Når du har synkebesvær, kan det være vanskeligt, at rense munden efter du har spist. Det er vigtigt, at du fjerner belægninger og madrester, da god mundhygiejne er med til at forebygge tandproblemer og nedsætte risikoen for, at bakterier kommer i lungerne. Det samme er gældende, hvis

du udelukkende får mad via sondeernæring.

Hvis du fejlsynker, vil du også fejlsynke de bakterier, der er i munden, og de vil kunne udvikle sig til en lungebetændelse. Det er vigtigt, at rense munden for spyt og slim både før og efter måltidet. God mund-hygiejne er vigtig for optagelse og bearbejdning af mad og drikke.

TANDBØRSTNING STIMULERER

Blodcirkulationen i gummerne er ofte nedsat ved tygge- og synkebesvær grundet manglende stimulering ved tygning af mad. Derfor er det vigtigt at stimulere blodcirkulationen via tandbørstning for dermed at mindske risikoen for udvikling af yderligere komplikationer, som f.eks. paradentose.

TANDBØRSTNING

Du bør børste dine tænder efter hvert måltid, eller som minimum efter morgenmad, frokost og ved sengetid. Det samme gør sig gældende for del- eller helproteser.

ANDRE KOMPLIKATIONER

- For meget spytdannelse kan afhjælpes ved spythæmmende midler
- Mundtørhed, kan afhjælpes med syrlige drikke (÷ sukker) og danskvand. Desuden findes der kunstigt spyt, både som spray og gel
- Mundsvamp, kan behandles medicinsk. Husk at begrænse dit sukkerindtag.

- En for stor protese, kan tilrettes ved tandlægen (grundet væggtab eller ved ændret ansigtsform)

ANDRE PJECER I SERIEN OM DYSFAGI

1. Hvad er tygge-/synkebesvær?
2. Siddestilling
3. Konsistens på mad
4. Konsistens på drikke
6. Hjælpemidler
7. Træningsøvelser
8. Førstehjælp