

# Tannhelse og diabetes

Mai Britt Ulviksbakken, tannpleier

Tannhelsetjenesten Viken

Teamet på  
tannklinikken:  
tannlege, tannpleier  
og  
tannhelsesekretær



# Tannhelse og diabetes


- Agenda
- Sammenhengen mellom tannhelse og diabetes
- Hvordan beholde frisk munnhule
- Sykdommer i munnhulen
  - Hull i tenner
  - Periodontitt
  - Munntørrhet
  - Syreskader



# PASIENTER MED DIABETES

## - INFORMASJON TIL TANNHELSETEAMET

Tannleger og tannpleiere får ofte pasienter i stolen som ikke er klar over sin diabetes. Som behandlere må vi ta hensyn til de effektene diabetes kan ha på munnhelse og generell helse. Pasienter med ubehandlet eller dårlig kontrollert diabetes kan ha flere mulige tilstander vi må kjenne til. Jo tidligere tannhelsepersonell får gitt pasienten informasjon og veiledning, jo bedre er muligheten for å forebygge mulige følgetilstander i tenner og munnhule. Tannhelsetjenesten bør være en naturlig samarbeidspart i det diabetesforebyggende arbeidet, og være en naturlig del av det tverrfaglige nettverket rundt pasienten.

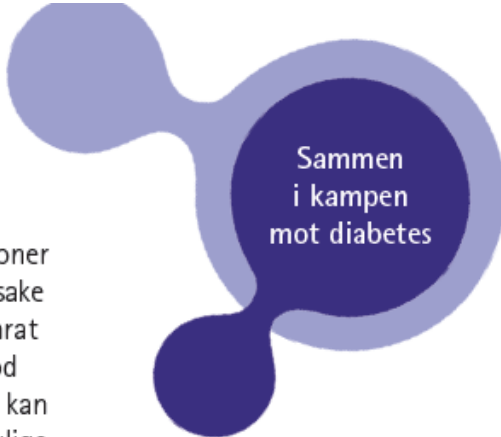


Sammen  
i kampen  
mot diabetes

# DIABETES OG TENNER

## Hva gjør diabetes med tannhelsen?

Diabetes kan svekke immunforsvaret, slik at kroppens motstand mot infeksjoner blir svakere. Bakterier og virus kan lettere formere seg, og blant annet forårsake betennelse i tannkjøttet. Hvis betennelsen blir varig, kan tennenes festeapparat svekkes og tennene kan løsne. Derfor har pasienter med diabetes spesielt god grunn til å holde tennene og mellomrommene rene daglig. På tannklinikken kan du få informasjon og veiledning om hva du selv kan gjøre for å redusere mulige problemer med tenner og tannkjøtt.



Sammen  
i kampen  
mot diabetes

# Diabetes og oral helse

## VISSTE DU AT?

**10-20 %**

av alle med diabetes har tannkjøttproblemer



Personer med diabetes er

**2-4**

ganger mer utsatt for sykdom i tannkjøtt og munnhule

## MUNNHELSE OG DIABETES HENGER SAMMEN

Diabetes og munnhelse har stor påvirkning på hverandre - begge veier. Infeksjoner i munnen gir økt behov for insulin. God kontroll på blodsukkeret minsker risikoen for infeksjoner, noe som igjen gir bedre munnhelse.

Blødninger i tannkjøttet er et faresignal for munnhelsen. Hvis du opplever dette eller andre bekymringsverdige symptomer, ta kontakt med tannlege.

## 6 RÅD FOR GOD MUNNHELSE

**1**  
Spis sunn mat til faste tider

**2**  
Drikk vann som tørstedrikk

**3**  
Puss tennene morgen og kveld med fluortannkrem

**4**  
Hold mellomrommene rene med tanntråd eller tannstikker

**5**  
Gå til regelmessig tannhelsekontroll

**6**  
Ta ekstra fluor om det trengs (tabletter, skyllevæske)

Vi oppfordrer at alle med diabetes går til jevnlig tannhelsekontroll







## MUNNEN - EN DEL AV KROPPEN

God oppfølging og forebygging er viktig. Husk å nevne diabetes for tannlegen, og munnhelseproblemer for legen. Da får du best mulig behandling – både av diabetesen og tennene.

For mer informasjon, se [diabetes.no](http://diabetes.no)  
og [tannlegeforeningen.no](http://tannlegeforeningen.no)



Den norske  
tannlegeforening

#passmunnendin

**diabetes**forbundet

# Tannhelse og diabetes



God tannhygiene er viktig for å hindre ustabil diabetes og komplikasjoner



Holde tennene og mellomrommene rene daglig.



Regelmessig oppfølging hos tannlege eller tannpleier. Dette kan hindre ustabil diabetes og komplikasjoner.



Forebygging og behandling av diabeteskomplikasjoner er en omfattende del av diabetesomsorgen.



Dette inkluderer også forebygging og behandling av orale komplikasjoner.



Emalje

Tannkjøttslomme

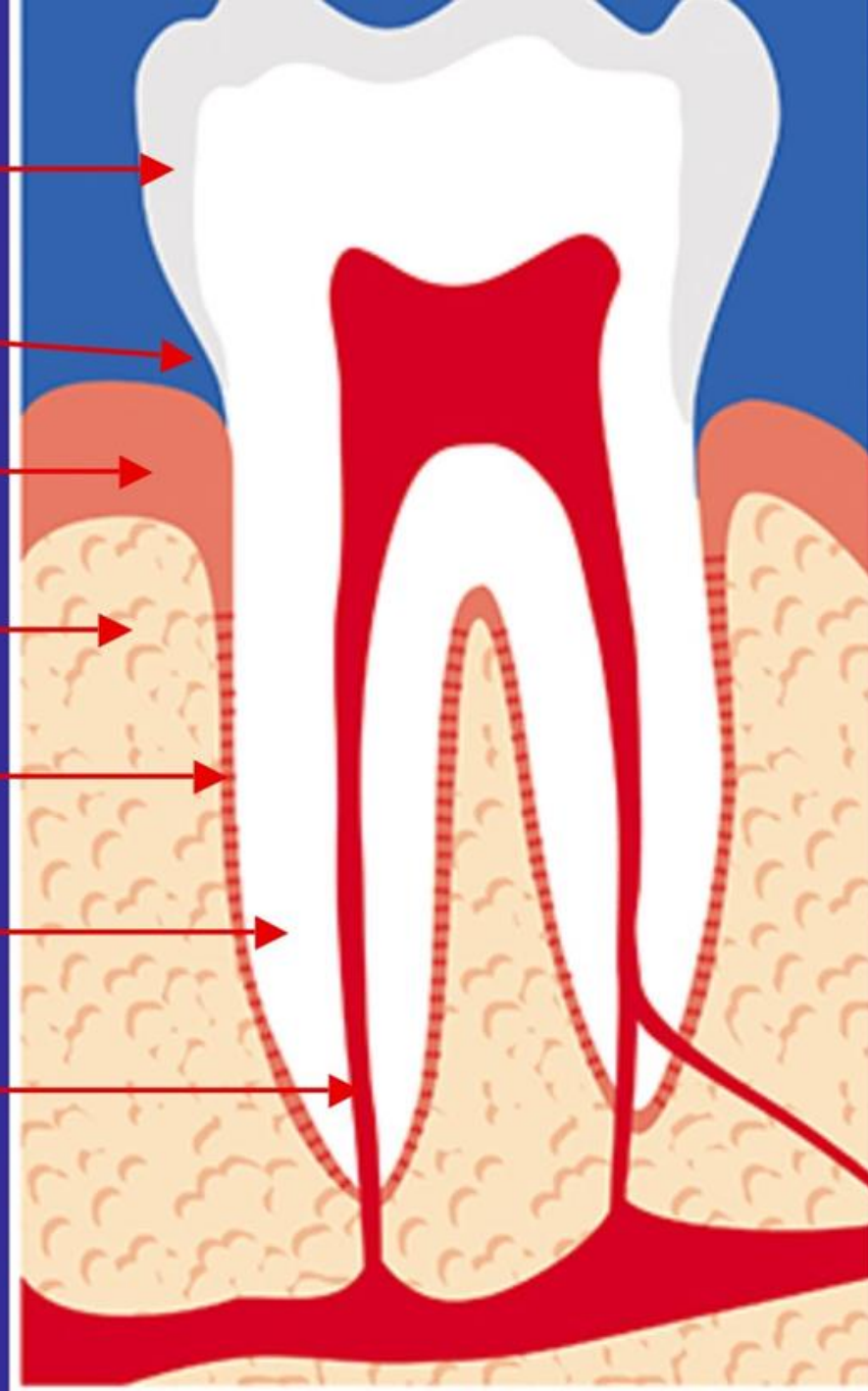
Tannkjøtt

Kjeveben

Rotfibre

Tannben

Nerve





# FRISKT TANNKJØTT



Copyright © 2007 by Saunders, an imprint of Elsevier Inc.



- › Stramt rundt tann en
- › Stiplet/appelsinskall
- › Blør ikke
- › Ikke rødt

# TANNHELSE OG DIABETES

## Gingivitt:

Betennelse i tannkjøttet

Symptomer:

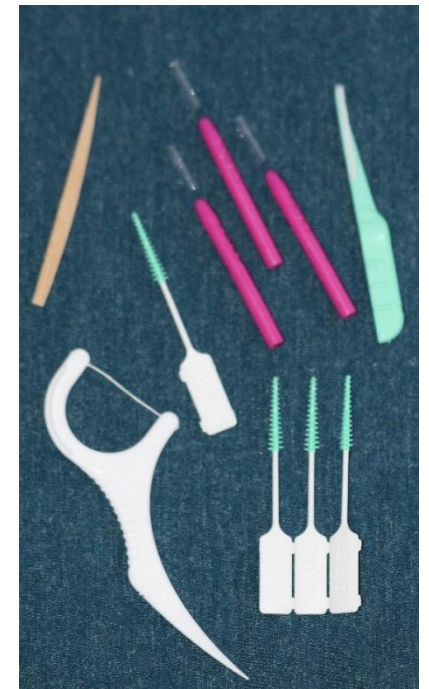
- rødhet
- hovent
- blør lett



# TANNKREM



# TANN- OG MUNNPLEIEMIDLER



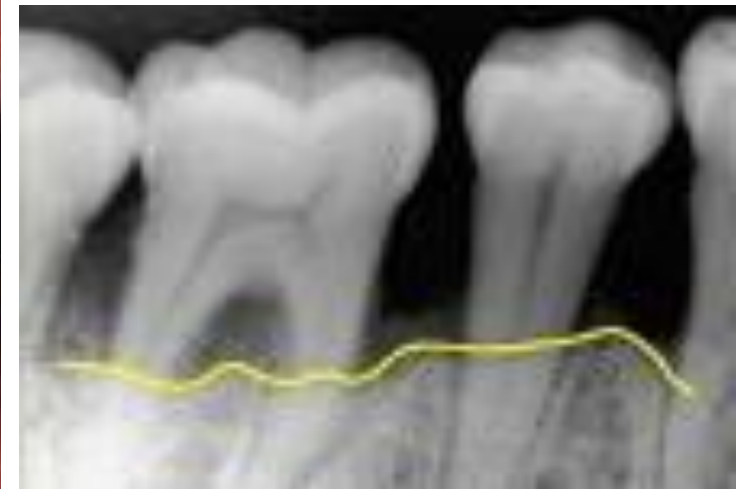
# Tannhelse og diabetes



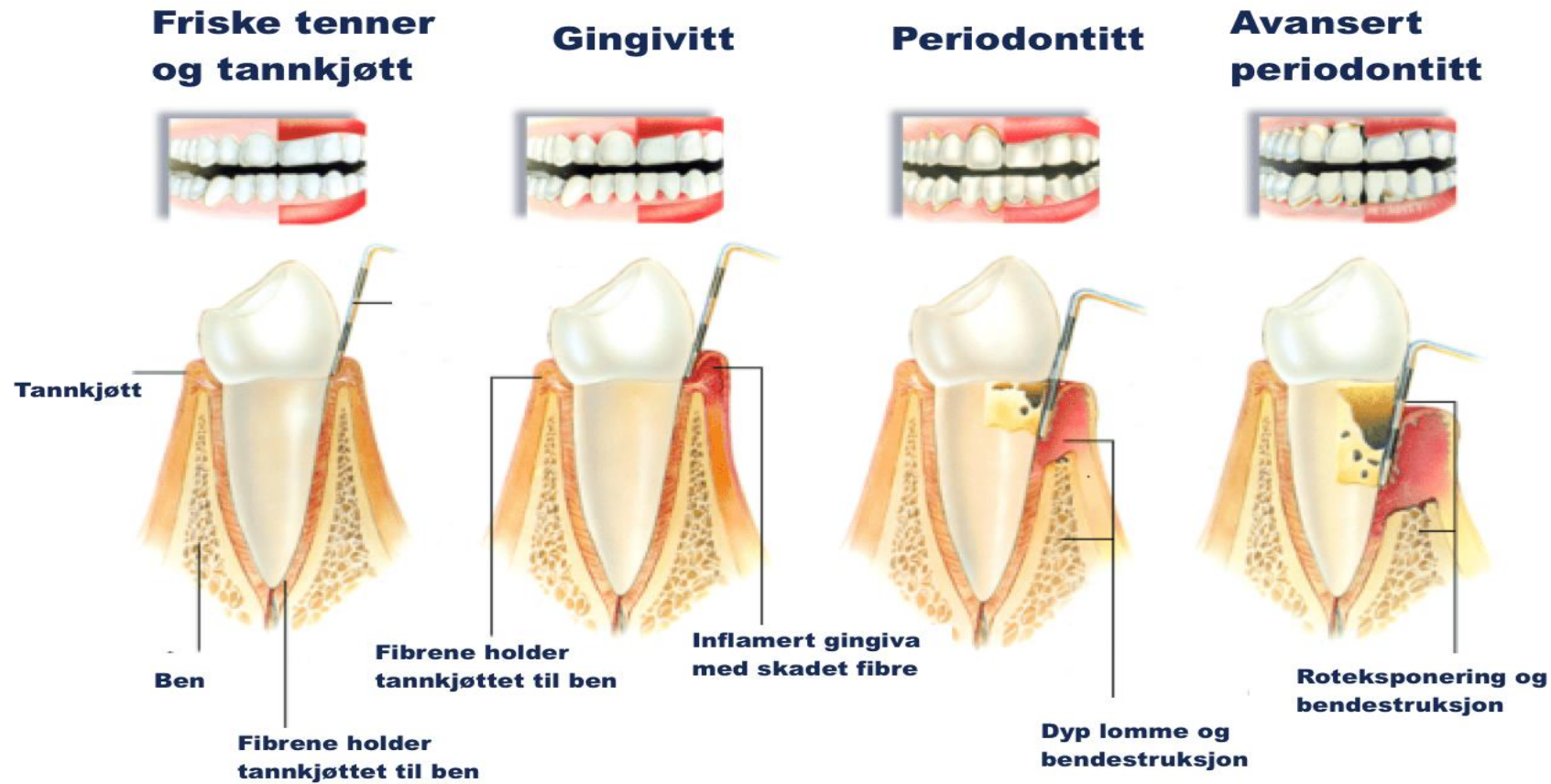


# Tannhelse og diabetes

Periodontitt, betennelse i tennenes festeapparat  
Kan føre til tannløsning



# Tannhelse og diabetes - periodontitt



# TANNHELSE OG DIABETES

De sterkeste risikofaktorene for utvikling av periodontitt:

1. Dårlig munnhygiene
2. Tilstedeværelse av spesielle bakterier
3. DIABETES
4. Røyking
5. Stress

# TANNHELSE OG DIABETES

Hovedrisikofaktorer for utvikling av periodontitt og infeksjoner i munnhulen:

- for høyt blodsukker
- nedsatt motstand mot infeksjoner

# TANNHELSE OG DIABETES

Eksempel på refusjon:

Takst:	Honorar:	Refusjon:	Egenandel:
501 Periodontittbehandling	935,-	505,-	430,-

Innebærer:

- Undersøkelse og behandling av periodontitt
- Opplæring til egenomsorg
- Tiltak for røyke avvenning



# MUNN- OG TANNHELSE

HELFO veiledningscenter: [www.helfo.no](http://www.helfo.no)

Privatpersoner:

Tlf: 815 70 030

Helsepersonell:

Tlf: 815 70 070

# TANNHELSE OG DIABETES

---

## Karies:

Personer med regulert diabetes, stabilt blodsukker, har liten kariesaktivitet.

Men dersom blodsukkeret er ustabilit, har forskning vist at det kan påvirke til et forhøyet glukosenivå i spyttet som favoriserer vekst av kariogen bakterier.

Dette kan gi økt kariesrisiko.









# TANNHELSE OG DIABETES

---

## Årsaker til munntørrhet:

- legemidler, eks blodtrykksmedisiner, antidepressiva og astmamedisiner
- sykdommer som diabetes (pga dehydrering ved høyt blodsukker og nedsatt spyttsekresjon), sjøgren, leddgikt, depresjon, stress
- strålebehandling
- dårlig ernæring
- røyking
- munnpusting
- understimulering og inaktivitet



# TANNHELSE OG DIABETES, munntørrhet

---





## TANNHELSE OG DIABETES

### Hjelpemidler mot munntørhet:

- vann
- fluortabletter/fluortyggegummi
- salivin sugetablett/xerodent
- sukkerfrie pastiller
- sukkerfri tygg gummi
- skyllemidler/gel
- spyttstatninger
- etc.

# TANNHELSE OG DIABETES

## Soppinfeksjoner (candidose):

På grunn av:

- økt glukoseinnhold i spyttet som fremmer vekst av candida, vil diabetikere ha en økt disposisjon for soppinfeksjon i munnhulen.
- munntørrhet
- legemidler

Behandling:

- god munnhygiene
- legemidler mot soppinfeksjon
- evt. corsodyl



# ½ liter brus pr dag

- ½ liter brus = 25 sukkerbiter
- ½ liter brus pr dag i et år,  $25 \times 365 =$
- 9125 sukkerbiter



9125 sukkerbiter!





# Tannhelse og diabetes

---

Syreskader på tenner.

- Hvordan kan det se ut?
- Hva er årsaken til syreskader?



# TANNHELSE OG DIABETES







# PH NIVÅ I ULIKE DRIKKER

## Type drikk:

Pepsi max

Tab-xtra

Coca cola

Appelsinjuice

Eplenektar

Fun light

Husholdningssoft

Olden pære m/kullsyre

Isostar

Imsdal smakstilsatt vann

Saftis

Melk

Kullsyreholdige vann (blå kork)

Vann

## pH-verdi:

2,7

2,73

2,6

3,8

3,3

3,8

3,1

3,8

3,28

3,4 – 3,8

2,9

6,7

6,0

6,0



---

# 5 gode råd for god munnhelse

1. Spis sunn mat til faste tider
2. Vann som tørstedrikk
3. Puss tennene morgen og kveld med fluortannkrem
4. Gå til regelmessig tannhelsekontroll
5. Ta ekstra fluor eller munnpleiemidler ved munntørret.





# Takk for oppmerksomheten!

