

# FOR BORGERE, PÅRØRENDE OG PLEJEPERSONALE

Om omsorgstandpleje og tandpleje for seniorer

Nr. 4 Juni 2015 2.årgang Side 1 af 2

## Husk de 6 T'er – børst tænderne helt rigtigt.

BRUG DE 6 T'ER, NÅR DU BØRSTER TÆNDER PÅ DIG SELV ELLER PÅ EN BORGER.

### Tandbørste

Børst med små cirkulære bevægelser langs tandskødsranden, afslut med at børste tyggefladerne.

### Tandpasta

Brug tandpasta med fluor.

### Tandmelletrum

Husk tandmelletrumene. Brug tandtråd, tandstikker eller mellemrumsbørster dagligt.

### Teknik

Brug en tandbørste af typen *soft* med et lille børstehoved, gerne en elektrisk tandbørste.

### Tid

Børst tænderne i minimum 2 minutter.

### Tandeftersyn

Gå til tandlæge/tandplejer regelmæssigt. Forebyggelse er altafgørende i forhold til dine tænders levetid og din almene sundhed.

## Må en borger vælge en dyrere behandling end den nødvendige?

### BREVKASSEN: SPØRG JOHAN

Hej Johan

*Når man er visiteret til omsorgstandplejen, har man så mulighed for at vælge en dyrere behandling end den nødvendige, hvis man selv betaler differencen? Det kan man jo hvis man er omfattet af helbredstillægget og vælger en anden løsning eller en anden tandlæge/ klinisk tandtekniker end dem som kommunen har indgået aftale med? Med venlig hilsen Bettina*

Kære Bettina

Når man er visiteret til omsorgstandplejen, er man underlagt de regler, der gælder for denne ordning. Og de giver ikke mulighed for

at kombinere omsorgstandplejens behandlinger med behandlinger i privat regi. Læs mere her (<https://www.retsinformation.dk/Forms/R0710.aspx?id=140647>)

Men man kan som borger jo altid melde sig ud af omsorgstandplejen, og så kan man vælge frit. Hvis borgeren melder sig ud, så vil det ikke længere være muligt at få det tilskud til behandling, som man får i ordningen, og det kan samtidig være vanskeligt at finde en tandlæge, der kører ud, hvis man som borger fx er fysisk svækket.

Med venlig hilsen

Johan

Tandplejer i omsorgstandplejen

## Spørg Johan

Hver uge stiller social- og sundhedspersonale, klinikassistenter, borgere og pårørende spørgsmål til Spørg Johan om tandpleje til ældre. Spørgsmålene kan handle om alt muligt, fx om borgere med demens, om tilskud eller om forskellige tandbehandlinger. Du kan læse de mange spørgsmål og svar her: [omsorgstandpleje.org/brevkasse-sporg-os](http://omsorgstandpleje.org/brevkasse-sporg-os).

Har du selv spørgsmål?

Så skriv til

[sporgjohan@tandplejeinformation.dk](mailto:sporgjohan@tandplejeinformation.dk)

Du får svar indenfor 3 dage.



# FOR BORGERE, PÅRØRENDE OG PLEJEPERSONALE

Om omsorgstandpleje og tandpleje for seniorer

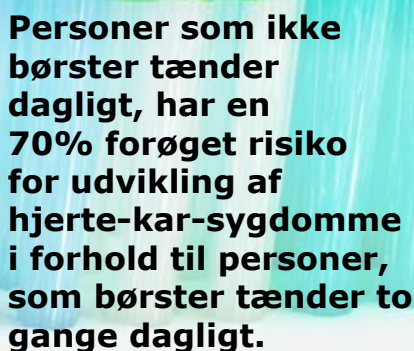
Nr. 4 Juni 2015 2.årgang Side 2 af 2

## Test dig selv!

Svaret finder du på side 2 – helt nede i bunden.

*Hvad skal du gøre, hvis en borger er mundtør (ikke har meget spyt)?*

- A** Sørge for at borgeren får masser af slik og søde sager.
- B** Have ekstra fokus på borgerens mundpleje.
- C** Passe på ikke at børste tænderne for meget.



**Personer som ikke børster tænder dagligt, har en 70% forøget risiko for udvikling af hjerte-kar-sygdomme i forhold til personer, som børster tænder to gange dagligt.**

Scottish Health Survey,  
British Medical Journal  
2010.

**Få nyhedsbrevet direkte på mail**

**Klik her** eller skriv en mail til [nyhedsbrev@tandplejeinformation.dk](mailto:nyhedsbrev@tandplejeinformation.dk)

Afmeld dig **her**.



## Brug den rigtige tandpasta – undgå farlige stoffer.



NOGLE TANDPASTAER PÅ MARKEDET INDEHOLDER STOFFER, SOM IKKE ER GODE FOR DIG. HER ER NOGLE AF DEM, DU SKAL HOLDE DIG FRA:

- Tandpastaer som indeholder stoffet "Triclosan". Triclosan er nemlig mistænkt for at udvikle resistens hos bakterier.

- Tandpasta som indeholder stoffet SLS (Sodium Lauryl Sulfat). Stoffet får tandpastaen til at skumme. Skummet i tandpasta har ikke nogen effekt, så du kan sagtens vælge en tandpasta uden SLS. Derudover skal du holde dig fra tandpasta med SLS, hvis du har tendens til at få blister, da SLS kan forværre denne tilstand.

### 4 gode tandpastaråd

- Brug tandpasta uden triclosan.
- Brug tandpasta uden SLS (Sodium Lauryl Sulfat).
- Brug tandpasta med 1450 ppm fluor.
- Læs indholdsdeklarationen og undgå stoffer, du er allergisk overfor.

Kilde: Søndagsavisen, tandlægeforeningen og Miljøstyrelsen



Have ekstra fokus på borgerens mundpleje. **B**