

# Munhälsa vid palliativ vård

Till dig som vårdpersonal eller anhörig

**Munvården är en viktig del** av omhändertagandet i livets slutskede. Nedsatt ork kan leda till att munvården blir eftersatt och munhälsan kan snabbt försämrans. Torra slemhinnor, beläggningar, inflammation, sår, blåsor och illa sittande proteser kan orsaka stor smärta och obehag.

Försämrad munhälsa och dålig andedräkt kan dessutom ge sociala konsekvenser och påverka kontakten med närstående och vårdpersonal. Med detta blad vill vi ge dig vägledning och praktiska tips och råd om hur du kan hjälpa till med munvården och lindra de besvär som uppstår.

## Inspektera

- Berätta alltid vad du tänker göra, även om personen ej är kontaktbar.
- Observera om läpparna ser torra eller spruckna ut, det kan vara ett tecken på muntorrhet.
- Observera om det finns några skador på tänder och/eller protes.
- Observera sår, rodnader eller beläggningar på tunga, gom och slemhinna.
- Använd gärna ett bedömningsformulär för munhälsa, t.ex. ROAG (Revised Oral Assessment Guide) som hjälper dig identifiera avvikelser och guidar dig till rätt åtgärder.

## Rengöra

- Försök borsta tänderna 2 gånger per dag med fluortandkräm **utan smak och skum**, använd extra mjuk tandborste.
- En specialtandborste som t.ex Collis curve eller en el-tandborste kan underlätta.
- Tag ur och rengör eventuella proteser. Sätt inte tillbaka proteser om personen ej är vid medvetande.
- Rengör slemhinnor inkl. tunga, gom, munbotten och insidan av kinderna och läpparna med en muntork doppad i vatten eller **Proxident Oral rengöring** som löser upp slem.
- Slemansamlingar (crustor) är vanligt. Badda försiktigt med en muntork dränkt i vatten eller Proxident Oral rengöring. Upprepa tills det är rent, det kan ta en stund att lösa upp en crusta.

## Fukta och smörja

- Fukta och smörj alla munslemhinnor med olja eller munfuktgel, använd en muntork för applicering.
- Använd alltid produkter **utan smakämnen** om personen inte ber om annat.
- Smörj läppar och munvinklar med läppbalsam.
- I livets slutskede bör möjlighet till återfuktning ges minst 2 ggr/tim.

## Släcka törst och lindra besvär

- Om personen har svårt att dricka kan du applicera vatten i mungipan med en spruta eller låta patienten suga på en muntork med vatten.
- Såriga och känsliga munslemhinnor kan lindras genom att skölja med **Proxident pH-Balans munskölj**. Badda med en muntork om personen ej kan skölja.
- Att suga på en isbit kan också lindra ömma och känsliga munslemhinnor.
- Ibland behövs smärtlindrande läkemedel. Rådgör med vård- eller tandvårdspersonal.
- Behandling mot svamp (ses som vitaktig beläggning eller starkt rodnad slemhinna) kan förskrivas av läkare eller tandläkare.
- Dålig andedräkt kan vara besvärligt både för patient, anhörig och vårdpersonal. Att badda tänder och munslemhinna med en muntork doppad i fluorskölj eller skölj mot dålig andedräkt kan ge patienten en fräschare känsla i munnen. Det ger även fluor till tänderna när tandborstning inte är möjlig.



Kontakta tandvården vid tecken på sjukdom i munnen eller om du är osäker och har frågor. Läs mer om hur du utför munvård på någon annan i vår broschyr "Munvård hela livet".

**Proxident**