

Vergeet de mond van kwetsbare ou

Goede mondzorg is voor ouderen erg belangrijk. Praktijkondersteuners en de thuiszorg kunnen goed screenen of een afspraak bij een mondzorgverlener nodig is. Het gezondheidscentrum Maarn/Maarsbergen doet mee aan een onderzoek waarbij mondgezondheid in de vroegsignalering van kwetsbaarheid bij thuiswonende ouderen is opgenomen. Kan de toevoeging van gegevens over mondgezondheid de kwetsbaarheid van ouderen nauwkeuriger voorspellen?

Met een gezonde en frisse mond kunnen ouderen goed kauwen en onder de mensen zijn. “Een gezonde mond heeft een sociale functie: het ziet er goed uit. Bij een ontsteking kun je een slechte adem krijgen en dat belemmert je in je sociale contacten. Een kleinkind wil dan bijvoorbeeld niet meer op schoot zitten. Ook voor de kauwfunctie is een gezonde mond van belang. Er is een relatie met de algemene gezondheid: een oudere die nog goed kan kauwen, krijgt gezonde voeding binnen. Daar komt bij dat een slechte mondgezondheid het risico op diabetes, hart- en vaatziekten en longontsteking vergroot. Hoogleraar neuropsychologie Erik Scherder zegt dat bewegen belangrijk is voor ons brein, dat gaat daardoor beter werken.

worden afhankelijk van anderen die hen begeleiden. “Als ze geen klachten hebben denken ze: ‘Och, ik sla de tandarts maar een keertje over’. Ook de zelfzorg en mondhygiëne worden op dat moment vaak minder. Daarnaast vormt polyfarmacie een risicofactor voor de mondgezondheid, omdat de functie van het speeksel afneemt. De natuurlijke bescherming van de mond neemt af. De oudere ervaart soms ook een droge mond.” Dit zijn een hoop risicofactoren die samenkomen op het moment dat een oudere kwetsbaar wordt en die tot snelle achteruitgang van de mondgezondheid kunnen leiden, met alle gevolgen van dien. Ook kunnen ouderen om financiële reden afzien van tandartsbezoek.

om ouderen te creëren om samen de mondzorg voor kwetsbare ouderen te verbeteren. Steeds meer ouderen houden langer hun eigen tanden en kiezen, of hebben implantaten. Als ze deze niet goed onderhouden, ontstaan er problemen met de mondgezondheid die ook effect kunnen hebben op de algemene gezondheid. Vandaar dat bewustwording van een goede mondgezondheid essentieel is.

Voor de thuiszorg is een screeningsinstrument ontwikkeld, dat onderdeel is van de toolbox Indicatiestelling Wijkverpleging. “Bij de indicatiestelling kunnen wijkverpleegkundigen controleren hoe het met de mond van de oudere is gesteld. Zijn er klachten, gaat iemand nog naar de tandarts? Gekeken wordt of een oudere nog in staat is om zelf zijn tanden te poetsen. Daarbij kunnen thuiszorgmedewerkers ondersteuning bieden en dat wordt opgenomen in het zorgplan.” Het instrument is in drie regio's getest en wordt al een jaar in veertien regio's gebruikt. Er wordt promotieonderzoek verricht naar het effect van het instrument.

Kauwen is ook bewegen en beïnvloedt onze hersenen positief

Kauwen is ook bewegen en beïnvloedt onze hersenen en cognitieve functies op een positieve manier”, legt tandarts-geriatrie Claar Wierink uit. Zij biedt in haar praktijk in Amstelveen specifieke zorg aan kwetsbare en thuiswonende ouderen die afhankelijk zijn van zorg.

Zelfzorg

Er komt een moment dat kwetsbare ouderen minder mobiel zijn en niet meer zelfstandig naar de tandarts kunnen. Ze

Volgens Wierink blijkt uit interviews met ouderen dat zij stoppen met tandenpoetsen als hun energie sterk afneemt. “Dan moeten zij keuzen maken wat ze nog wel en niet meer kunnen doen.”

Screeningsinstrument thuiszorg

Wierink is betrokken bij het project ‘De mond niet vergeten’ (www.demondnietvergeten.nl). Dat heeft als doel ouderen bewust te maken van een goede mondgezondheid en een netwerk rond-

Scholing

Ook in de (na)scholing is er aandacht voor goede mondhygiëne. Er is een lesbrief gemaakt die thuiszorgmedewerkers zelfstandig kunnen volgen, met films en een instructieboek. “Een thuiszorgteam kan een tandarts of mondhygiënist uitnodigen om bij de scholing aanwezig te zijn en om elkaar (beter) te leren kennen. Dat vergemakkelijkt het verwijzen van ouderen naar de tand-

ouderen niet



Mondgezondheid heeft ook een sociale functie: een slechte adem als gevolg van een ontsteking belemmert je in je sociale contacten.

arts én andersom. Wanneer de tandarts bij een patiënt duidelijk afname van de mondhygiëne ziet, kan hij de thuiszorg inschakelen en aangeven dat extra ondersteuning gewenst is. De tandarts kan vragen van het team beantwoorden en dat vergroot hun kennis”, geeft Wierink als tip.

Praktijkondersteuners

Vorige maand vond een congres plaats over goede mondzorg voor kwetsbare ouderen. “Onder wijkverpleegkundigen en huisartsen komt er aandacht voor dit onderwerp. We hebben geconstateerd dat we in het project vooral contact zochten met de huisartsen, maar dat het in de praktijk vooral de praktijkondersteuners ouderenzorg en diabetes zijn die heel praktisch met kwetsbare ouderen werken. Deze zorgverleners kunnen het screenen op mondgezondheidsproblemen goed meenemen in hun werkwijze.”

Casefinding

Ook haar eigen vakgenoten kunnen aan casefinding doen, stelt Wierink. “Ga in je patiëntenbestand na of je ouderen uit het oog bent verloren. Houd hen in het vizier en ga als het nodig is op huisbezoek. Dat doe ik zelf ook en dan neem je een eerste drempel weg. Ik vind het belangrijk dat ouderen in de laatste jaren van hun leven, als ze zorgafhankelijk zijn, ook goede mondzorg krijgen.” Haar advies aan zorgverleners in de eerste lijn: “Zoek contact met een tandartspraktijk in de buurt. Bouw een netwerk op, leer elkaar kennen zodat je weet naar wie je kunt verwijzen; naar een zorgverlener met affiniteit met ouderen. Ook huisartsen kunnen in het multidisciplinair overleg goede mondzorg aan de orde stellen.”

Richtlijnen

Er zijn drie richtlijnen in de maak: Wortelcariës, Mondzorg aan thuisgebonden

ouderen en Polyfarmacie. In de Richtlijn Ontwikkel Commissie (ROC) van wortelcariës zijn vertegenwoordigd: tandartsen-geriatrie, mondhygiënist, de Patiëntenfederatie en een klinisch geriatr. De apotheker is betrokken bij de ROC polyfarmacie. “Die kan informeren welke mondklachten een oudere heeft, zoals een droge mond, en informeren of iemand nog de tandarts bezoekt.”

Kwetsbaarheid opsporen

Babette Everaars, junior researcher bij het Lectoraat Innovaties in de preventieve zorg van de Hogeschool Utrecht, doet in gezondheidscentrum Maarn/Maarsbergen promotieonderzoek naar de rol van mondgezondheid in het voorspellen van kwetsbaarheid bij ouderen. Dit onderzoek komt voort uit het project Om U. Met Om U stellen huisartsen en de praktijkverpleegkundige een zorgplan op, nadat een kwetsbaarheidsscreening heeft vastgesteld welke ouderen daar



Als iemand kwetsbaar wordt, durf je dan ter sprake te brengen of het tandenpoetsen nog goed lukt?

behoefte aan hebben. “Het is een veelgebruikte methode om potentiële kwetsbaarheid bij ouderen vroegtijdig op te sporen. Eerst wordt aan de hand van routine zorgdata gekeken welke ouderen lang niet in de huisartsenpraktijk zijn geweest. Er wordt een Frailty Index berekend en polyfarmacie wordt meegenomen in deze voorspelling. In de tweede fase krijgt een aantal potentiële kwetsbare ouderen een gevalideerde vragenlijst thuisgestuurd (De Groningen Frailty Indicator). Als het nodig is volgt daarop een huisbezoek en een zorgplan. In deze vragenlijst wordt niet standaard gevraagd naar mondklachten. In het kader van het PRIMa mond CARE onderzoek hebben we twee vragen aan deze vragenlijst toegevoegd: ervaart u pijn in de mond, een droge mond of andere ongemakken? En heeft u door deze ongemakken uw voedsel moeten aanpassen?”, zegt Everaars.

Goede voorspellers

Naast het toevoegen van de twee vragen over mondklachten, worden de uitkomsten van de routine zorgdata gekoppeld

aan tandartsgegevens. Dit is gedaan bij ruim 1.200 ouderen. Komt een oudere nog op controle? Was er sprake van een spoedconsult? Heeft iemand recentelijk een tand of kies laten trekken? “De

Zijn gegevens over mondgezondheid goede voorspellers voor kwetsbaarheid?

vraag is nu of we door de toevoeging van deze gegevens nauwkeuriger kunnen voorspellen of iemand kwetsbaar zal worden. Zijn gegevens over mondgezondheid goede voorspellers? Zo ja, dan kunnen we daar een model voor maken. Het zal ook helpen om de vroegtijdige opsporing van kwetsbare ouderen te verbeteren. Maar dat moet mijn onderzoek uitwijzen.”

Taboe doorbreken

De ambitie is dat de komende achttien maanden honderdduizend monden van kwetsbare ouderen gezonder worden.

Wierink: “We hopen dat alle thuiszorgorganisaties aandacht voor mondzorg breed gaan implementeren en ondersteuning bij mondverzorging opnemen in hun zorgplan.” Er komt ook een landelijke voorlichtingscampagne, ondersteund door VWS.

Wierink wijst er tot slot op dat er sprake is van een taboe: “We nemen het voor waar aan als een oudere zegt dat het tandenpoetsen nog prima gaat. Maar als iemand kwetsbaar wordt, durf je dan ter sprake te brengen of het tandenpoetsen nog goed lukt? Wie durft zijn eigen ouders of naaste familie te ondersteunen bij het tandenpoetsen? We willen het taboe doorbreken. Vergeet de mond niet!” <<

*Tekst: Corina de Feijter
Foto's: Thinkstock*