

Råd ved munntørrrhet.

Den viktigste naturlige beskyttelsen mot hull i tennene (karies) er spytt.

Munntørrrhet gir derfor økt risiko for tannskader.

Slimhinnene blir rensset og smurt av spyttet. Når spyttmengden reduseres forekommer det oftere sårhet i slimhinnene. Soppinfeksjoner kan også lettere oppstå.

Skadene kan forebygges og plagene reduseres ved:

God munnhygiene.

Ekstra fluortilskudd

Regelmessige måltider

Unngå sukker mellom måltidene

Stimulere spyttutskillelsen

Bruk kun tannkrem med nøytral såpe, for eksempel **Zendium®**, **Biotene®** eller **GUM Dry Mouth® tannkrem**.

Fluorholdige produkter:

Ved å suge eller tygge stimuleres spyttutskillelsen.

Derfor anbefaler vi **Flux® sugetabletter** eller **Flux® tyggegummi** framfor fluorholdig skyllevæske. Ved ekstrem munntørrrhet kan fluorholdig skyllevæske være et alternativ.

Xerodent® sugetablett er et kombinasjonsprodukt med fluor som beskytter mot karies og som inneholder nøytralisert eplesyre som virker spyttstimulerende.

Dosering av fluor for munntørre pasienter over 12 år:

Inntil 12 enheter a` 0,25 mg daglig. Dosen fordeles jevnt utover dagen.

Salivstimulerende og smørende produkter:

Glyserol 85% blandes: 1 del glycerol + 4 deler vann, + eventuelt smakstilsetning.

Gir en 17 % glyserolløsning.

Annen olje som jordnøttolje eller rapsolje kan også brukes ved behov for smøring.

Praktisk å fylle på en liten sprayflaske som kan kjøpes på apotek.

Zendium saliva® gel, **GUM drymouth® gel eller spray** og **Biotene oralbalance® gel** smører slimhinner. Bruk en ertestor mengde som fordeles i munnen ved behov.

Gelen kan også brukes inni tannproteser for å gi bedre feste.

Toothette® mouth moisturizer smører slimhinner og lepper.

Produktene kan kjøpes på apotek.

Saliverstatningsprodukter:

Brukes når man ikke oppnår noe ved stimulering. **Saliva Orthana®** (animalske muciner) eller **Saliva Natura®** (vegetabiliske muciner)

