



## Taustatietoa ikäihmisten suunterveydestä

Suurin osa yli 75-vuotiaista suomalaisista pärjää hyvin itsenäisesti kotona, mutta joka viides tarvitsee säännöllistä hoitoa ja huolenpitoa. Vanhuspalvelulain hengen mukaisesti pitkäaikainen hoito pyritään toteuttamaan ensisijaisesti iäkkään henkilön kotiin. Näin kotona hoidetaan yhä sairaampia ja toimintakyvyltään heikkokuntoisempia iäkkäitä. Terveysten- ja hyvinvoinnin laitoksen toteuttaman vuoden 2018 Vanhuspalveluiden tila kyselyn mukaan kahden vuoden aikana päivittäinen asiakasmäärä on kasvanut kotihoidossa 4000 henkilöllä ja pitkäaikaisen hoidon asiakasmäärä oli vähentynyt 700:lla (1). Kotihoidossa oli päivittäin keskimäärin 51 700 asiakasta ja ympärivuorokautisessa hoidossa 41 000 asiakasta.

Vanhusväestömme suunterveys on parantunut ja yhä useampi ikääntyy omat hampaat suussa (2). Tällä onnistumistarinalla on kuitenkin myös kääntöpuoli. Toimintakyvyltään heikentyneiden hampaallisten iäkkäiden suunterveys voi romahtaa nopeasti ja tiedämme, että Suomessa laitoksissa asuvien tai kotihoidon avulla kotona pärjäävien hauraiden vanhusten suunterveys on kaikista yhteiskuntaryhmistä heikoin (3, 4). Tämä on erittäin huolestuttavaa, koska terve suu ja riittävä määrä hampaita parantavat iäkkään toimintakykyä: syömistä, nielemistä, puheen muodostusta, sosiaalisia kontakteja. Iäkkäillä potilailla on myös suurempi riski, että suun infektiot voivat levitä verisuonien kautta muualle kehoon tai aiheuttaa systeemisen tulehdustilan ja täten vaarantaa potilaan yleisterveyden. Asiantuntijoiden mukaan vanhusten huonosta suunterveydestä on tulossa osa geriatria syndroomaa, johon kuuluvat, monisairastavuus, monilääkitys, gerastenia, toimintakyvyn heikkeneminen ja hoivasta riippuvuus (5).

Fyysisen ja tiedollisen toimintakyvyn heiketessä hyvän suuhygienian ylläpitäminen on vaikeaa. Itä-Suomen Yliopistossa tehdyn tutkimukseen mukaan kaikilla hampaallisilla kotihoidon asiakkailla oli tarvetta parantaa suuhygieniaa ja suurin osa heistä kärsi kuivasta suusta (3). Yksilöllisellä ja yksinkertaisella suun hoidon opastuksella joko kotihoidon asukkaalle tai omaiselle suun puhtaus parani merkittävästi ja kuivasta suusta kärsivien oireet helpottivat.

Yksilöllisen suun omahoitosuunnitelman laatiminen iäkkäälle on suun terveydenhuollon henkilöstön vastuulla, mutta suunnitelma tulee olla helposti kaikkien iäkkään hoitoon osallistuvien tahojen tiedossa ja helposti toteutettavissa. Jos iäkäs ei kykene itse puhdistamaan suutaan tulee suun hoidossa avustaminen yksilöllisen ohjeen mukaan olla osa palvelusuunnitelman mukaisia päivittäisiä hoitotoimenpiteitä. Suun puhdistamisen voi tehdä hoitaja tai omainen. Suun omahoidosta muistuttaminen ja omahoidon tukeminen ei vaadi kalliita teknisiä laitteita vaan oikeanlaista asennetta ja valmiutta auttaa.

Nyt on aika priorisoida iäkkäiden suunterveyttä. Tähän tarvitaan uusia toimintakäytäntöjä ja yhteistyötä kaikkien terveydenhuollon toimijoiden kesken.

HLT, EHL Annamari Nihtilä

HLT, EHL Päivi Siukosaari



Lähteet:

1. <https://thl.fi/fi/web/ikaantyminen/toimivat-vanhuspalvelut/vanhuspalvelujen-tila/vanhuspalvelujen-asiakkaat-henkilosto-ja-johtaminen>.
2. Siukosaari P, Nihtilä A. Vanhusten suun terveys. Duodecim.2015;131 (1):36.41.
3. Nihtilä A, Tuuliainen E, Komulainen K, Autonen-Honkonen K, Nykanen I, Hartikainen S, et al. Preventive oral health intervention among old home care clients. Age Ageing. 2017 Sep 1;46(5):846-51.
4. Lindroos EK, Saarela RKT, Suominen MH, Muurinen S, Soini H, Kautiainen H, Pitkälä KH. Burden of oral symptoms and its associations with nutrition, well-being, and survival among nursing home residents. J Am Med Dir Assoc.2018 Dec9. Epub ahead of print.
5. van der Putten G, de Baat C, De Visschere L, Schols J. Poor oral health, a potential new geriatric syndrome. Gerodontology. 2014;31:17-24.