

# Gesund im Alter – auch im Mund

## *Pflegeanleitung für Patienten der Gruppe 1*

Die Senioren der ersten Gruppe sind körperlich und geistig nicht beeinträchtigt.

Sie können ihre Mundhygiene und Prothesenreinigung selbstständig durchführen.

Dazu gehören:

- Zähneputzen mit einer fluoridhaltigen Zahnpasta mindestens 2 x täglich: nach dem Frühstück und vor dem Schlafengehen.
- Reinigung der Zahnzwischenräume mit Zahnseide und/oder Zahnzwischenraumbürste 1 x täglich.
- Verwendung einer fluoridhaltigen Mundspüllösung vor dem Schlafengehen.
- Intensivfluoridierung, z.B. mit elmex® gelée, 1 x wöchentlich.
- Gründliche Reinigung des Zahnersatzes 1 x täglich.
- Professionelle Zahnreinigung oder ggf. professionelle Prothesenreinigung 2 x jährlich.

Da die Mundhygiene selbstständig durchgeführt wird, ist eine Pflegeanleitung für das Pflegepersonal nicht erforderlich. Die Senioren benötigen jedoch:

- Regelmäßige Motivation zur täglichen Mund- und Prothesenhygiene.
- Demonstration geeigneter Hilfsmittel im Rahmen einer individuellen Prophylaxesitzung.
- 2 x jährlich professionelle Zahnreinigung und ggf. professionelle Prothesenreinigung.