

## Mundgesundheit bei Pflegebedürftigen: Prävention ist das A und O

**Viele Pflegebedürftige sind bei der täglichen Mundhygiene auf Hilfe angewiesen. Der neue ZQP-Ratgeber bietet pflegenden Angehörigen dafür praktische Tipps.**

Berlin, 08.03.2018. Mund- und Zahnpflege sind auch bei älteren pflegebedürftigen Menschen wichtig für die Lebensqualität und die Gesundheit. Aufgrund körperlicher oder kognitiver Beeinträchtigungen bei Pflegebedürftigkeit kann es jedoch sehr schwer sein, zum Beispiel die tägliche Zahn- oder Prothesenpflege selbstständig zu bewältigen. Etwa 30 Prozent der Pflegebedürftigen brauchen dabei Hilfe.

Bei der Mundpflege helfen häufig pflegende Angehörige. Dafür benötigen diese nicht nur viel Einfühlungsvermögen, sondern auch fundiertes praktisches Wissen. Um pflegende Angehörige in der häuslichen Pflege zu unterstützen, hat das Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) in Kooperation mit der Bundeszahnärztekammer den neuen Ratgeber *Mundpflege – Praxistipps für den Pflegealltag* erarbeitet.

Dieser informiert über allgemeine Fragen zur Mundgesundheit im Alter sowie geeignete Hilfsmittel, damit der Pflegebedürftige möglichst viel selbst machen kann und seine Selbstständigkeit erhalten bleibt. Wird zum Beispiel der Griff einer Zahnbürste mit einem kleinen Gummiball verstärkt, kann man sie besser greifen. Zudem zeigt der Ratgeber mit anschaulichen Illustrationen, wie pflegende Angehörige bei der Mund- und Zahnpflege unterstützen oder diese sogar ganz übernehmen können. Außerdem erfahren die Pflegenden, wann ein Arzt oder Zahnarzt zurate gezogen werden sollte. Denn Beschwerden im Mund beeinträchtigen nicht nur das Essen und Sprechen, sie weisen eventuell auch auf Erkrankungen hin, die behandelt werden müssen.

„Die Mundgesundheit hat großen Einfluss auf die persönliche Lebensqualität. Sie ist nicht nur wichtig, um problemlos und schmerzfrei zu essen, sondern auch für eine deutliche und verständliche Aussprache. Deswegen ist Prävention von Mund- und Zahnerkrankungen auch im hohen Alter und bei Pflegebedürftigkeit wichtig, um etwa Schmerzen, Infektionen, Probleme beim Kauen oder Schlucken bis hin zu Mangelernährung zu vermeiden“, sagt Dr. Ralf Suhr, Vorstandsvorsitzender des Zentrums für Qualität in der Pflege. „Mit dem Ratgeber *Mundpflege* möchten wir die Selbstständigkeit und Lebensqualität pflegebedürftiger Menschen stärken und pflegende Angehörige bei ihrer anspruchsvollen Aufgabe unterstützen“, so Suhr weiter.

Immer mehr Menschen haben heute bis ins hohe Alter noch natürliche Zähne. Oft geht jedoch das Zahnfleisch stark zurück – Erkrankungen wie Zahnwurzelkaries und Parodontitis drohen dann besonders. Etwa 90 Prozent der über 75-Jährigen leiden unter einer mittelschweren bis schweren Form von Parodontitis. Dies ist hochbedeutsam: Denn gelangen die Bakterien aus dem Mund in den Kreislauf, kann das zum Beispiel zu Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Lungenentzündungen führen.

Der Ratgeber *Mundpflege* ist Teil der Ratgeberreihe des ZQP, die Angehörigen fundierte alltagstaugliche Tipps für die häusliche Pflege an die Hand gibt. Die Printausgaben können kostenlos per E-Mail beim ZQP unter [bestellung@zqp.de](mailto:bestellung@zqp.de) bestellt werden.

Pressekontakt: Torben Lenz; Tel.: 030 275 93 95 – 15; E-Mail: [torben.lenz@zqp.de](mailto:torben.lenz@zqp.de)