

## Pflegebedürftige Menschen bei der Mundpflege richtig unterstützen

Viele Angehörige helfen täglich bei der Mundpflege von pflegebedürftigen Menschen. Der neue ZQP-Ratgeber bietet dafür zentrales Grundwissen und praktische Tipps. Die Informationen basieren auf dem neuen Expertenstandard zur Mundgesundheit in der Pflege.

Berlin, 30. Januar 2023. Die Mundgesundheit ist über alle Altersgruppen hinweg ein hoch relevantes Präventionsthema. Gerade bei älteren pflegebedürftigen Menschen besteht ein erhöhtes Risiko für Probleme der Mundgesundheit. Denn bei ihnen liegen oft mehrere Risikofaktoren für entsprechende Gesundheitsprobleme vor, etwa hohes Alter, die Einnahme mehrerer Medikamente sowie körperliche oder kognitive Beeinträchtigungen. Laut der letzten deutschen Mundgesundheitsstudie benötigen etwa 30 Prozent der Pflegebedürftigen bei der Mund- und Zahnpflege Hilfe. Das heißt, viele pflegebedürftige Menschen können diese nicht oder nur bedingt selbstständig in angemessenem Umfang durchführen.

Häufig sind es pflegende Angehörige, die bei der Mundpflege helfen oder diese sogar komplett übernehmen – oft ohne professionelle Unterstützung. Wer eine solche Aufgabe übernimmt, benötigt nicht nur viel Einfühlungsvermögen, sondern auch Wissen rund um die Mundgesundheit. Um hierbei zu unterstützen hat das Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) in Kooperation mit der Bundeszahnärztekammer den Ratgeber *Mundpflege – Praxistipps für den Pflegealltag* erarbeitet.

„Die Förderung der Mundpflege hat ein sehr hohes Präventionspotenzial. Denn eine schlechte Mundgesundheit kann vielfältige Probleme nach sich ziehen, wie Infektionen, Schmerzen bis hin zu Mangelernährung oder Lungenentzündung. Daher ist eine gute Unterstützung der Mundpflege bei pflegebedürftigen Menschen von erheblicher Bedeutung“, erklärt Daniela Sulmann, Geschäftsleiterin und Pflegeexpertin im ZQP. Der neue ZQP-Ratgeber beantwortet zentrale Fragen zur Mundgesundheit im Pflegekontext, vermittelt Grundregeln der Mundpflege und stellt Hilfsmittel vor, die Pflegenden die Durchführung erleichtern und Pflegebedürftigen helfen, bei der Mundpflege möglichst selbstständig zu sein. „Wenn Kraft und Beweglichkeit eingeschränkt sind, können sich z. B. Zahnbürsten mit einem dicken Griff eigenen. Sie lassen sich leichter festhalten und gezielter führen – und so kann die pflegebedürftige Person die Zähne vollständig oder teilweise selbst putzen“, erklärt Sulmann.

Daneben erhalten Angehörige viele weitere konkrete Praxistipps, z. B. wie sie zum Schutz vorhandener Zähne und der Mundschleimhaut beitragen können oder am besten mit Prothesen umgehen. Probleme mit der Schleimhaut können z. B. durch falsch sitzende Prothesen oder durch Mundtrockenheit entstehen. „Die Ursachen dafür sind individuell. Daher ist es in solchen Fällen immer ratsam, zahnärztlichen und auch pflegefachlichen Rat einzuholen“, empfiehlt die Pflegeexpertin.

Zudem wird im neuen ZQP-Ratgeber auf die besonderen Bedürfnisse von Menschen mit Demenz hingewiesen, die sich gerade auch zeigen können, wenn es um den sensiblen Mundbereich geht. Menschen mit Demenz haben vielfach Probleme, die richtigen Abläufe umzusetzen. Manche zeigen bei der Mundpflege Abwehrverhalten, weil sie diese als bedrohlich empfinden. „Wichtig ist bei Menschen mit Demenz schrittweise vorzugehen und genau anzuleiten, z. B. indem man Abläufe mit Gesten zeigt oder sanft die Hand führt“, sagt die Pflegeexpertin. Wenn die Mundpflege abgelehnt wird, sei es wichtig, die Ursachen herauszufinden. „Das könne manchmal ganz simple Gründe haben, z. B. der Geschmack der Zahnpasta oder das Geräusch der elektrischen Zahnbürste“, so Sulmann.

Neben den praktischen Pflegetipps gibt der Ratgeber auch Hinweise zu Beratungs- und anderen Unterstützungsangeboten für pflegende Angehörige.

Der Ratgeber Mundpflege kann kostenlos über die Webseite des ZQP bestellt sowie als PDF-Datei heruntergeladen werden: [www.zqp.de/bestellen](http://www.zqp.de/bestellen). Die Informationen im Heft basieren maßgeblich auf dem neuen Expertenstandard zur Förderung der Mundgesundheit in der Pflege des Deutschen Netzwerks für Qualitätsentwicklung in der Pflege (DNQP). Daniela Sulmann ist Teil der Expertengruppe, die den Standard entwickelt hat.

Pressekontakt: Torben Lenz; Tel.: 030 9940562-22; E-Mail: [torben.lenz@zqp.de](mailto:torben.lenz@zqp.de)