

Mondverzorgingsprotocol - Voorbereiding

1. Kijk of er een individueel mondverzorgingsplan aanwezig is. Zo ja, kijk dan naar de instructies, opmerkingen en afgesproken routines bij het uitvoeren van de dagelijkse mondverzorging van de cliënt. Zo niet, hanteer dan het onderstaande algemene protocol.
2. Zorg voor de benodigde materialen en controleer of deze passend zijn voor gebruik. In tabel 5.1 staan de benodigde materialen. Vervang regelmatig de benodigde materialen, bijvoorbeeld 1x per drie maanden een nieuwe tandenborstel of wanneer de haartjes van de tandenborstel uit elkaar staan.

Overzicht benodigde materialen mondverzorging

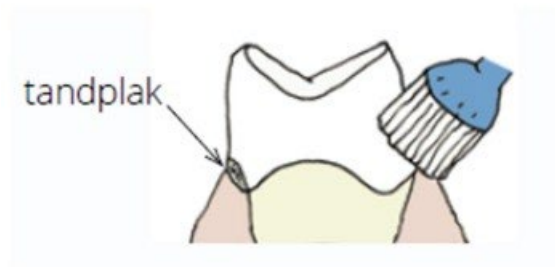
Bij tanden en kiezen	Bij (gedeeltelijke) gebitsprothese	Bij tandeloze mond
Tandenborstel met zachte borstelharen, bij voorkeur elektrisch	Tandenborstel met zachteborstelharen	Tandenborstel met zachte borstelharen
	Gebitsprotheseborstel	
Tandpasta met voldoende fluoride (reguliere fluoridehoudende tandpasta bevat 1400ppm; de tandarts/mondhygiënist adviseert hierover in afwijkende situaties)	Vloeibare zeep	
Glas/beker water	Glas/beker water	Glas/beker water
Handdoek	Handdoek	Handdoek
Handschoenen	Handschoenen	Handschoenen
Bekkentje	Bekkentje	Bekkentje
Indien opgenomen in individueel mondverzorgingsplan stokers, ragers, gazen, een product om te vetten	Indien opgenomen in individueel mondverzorgingsplan ragers (bijv. voor implantaten met eventuele opbouw), gazen, een product om de lippen in te vetten	Indien opgenomen in individueel mondverzorgingsplan ragers (bijv. voor implantaten met eventuele opbouw), gazen, een product om de lippen in te vetten

3. Draag altijd handschoenen en zorg voor voldoende licht.
4. Leg aan de cliënt uit wat je gaat doen.
5. Laat, indien aanwezig, de cliënt de gebitsprothese uit de mond nemen of doe dit als zorgverlener.
6. Laat, indien nodig, de cliënt eerst grote voedselresten verwijderen met behulp van gazen of doe dit als zorgverlener of laat de cliënt (alleen als hij dat kan en hieraan gewend is) eerst de mond spoelen met een glas water.
7. Let tijdens de uitvoering van de mondverzorging op reacties van de cliënt (bijvoorbeeld pijn).

Mondverzorgingsprotocol - uitvoering

Cliënten met tanden en kiezen

- Vet de lippen eventueel dun in. Vooral bij cliënten met een droge mond werkt dit verzachtend. Het invetten van de lippen met vaseline wordt afgeraden als cliënten zuurstof toegediend krijgen (een alternatief hiervoor is cacao boter).
- Reinig dagelijks voor het tandenpoetsen eerst de ruimten tussen de tanden en kiezen (interdentale reiniging) door gebruik te maken van ragers en/of stokers.
- Reinig de tanden en kiezen en het tandvlees met een (elektrische) tandenborstel met fluoridehoudende tandpasta. Het is voor de cliënt het fijnst wanneer er een vaste volgorde wordt aangehouden met poetsen. Houd hierbij de lippen en wangen opzij om te zien wat je doet.
- Zet de tandenborstel in een hoek van 45 graden op het tandvlees, naar de tand gedraaid. Maak dan kleine heen en weer gaande/trillende bewegingen (zie Figuur 5.1).
- Als een elektrische tandenborstel wordt gebruikt, zet deze dan recht op de rand van tanden/kiezen en tandvlees en houd de borstel stil (of gedurende twee tellen iets meebewegend met de vorm van het gebitselement) zodat je iedere tand of kies afzonderlijk kunt poetsen.
- Cliënten hebben regelmatig een afwijkende sensomotorische waarneming in het mondgebied. Dat betekent dat prikkels, op het gebied van voelen, proeven, ruiken en horen tijdens de dagelijkse mondverzorging afwijkend ervaren kunnen worden. Werk daarom vanuit de minst gevoelige regio naar de meer gevoelige regio: buitenkant boven, buitenkant onder, kauwvlak boven, kauwvlak onder, binnenkant boven en binnenkant onder, tong, gehemelte. Zorg dat de overgang van de tanden en kiezen naar het tandvlees goed wordt geпоets. Zie ook de [Bijlage](#).
- De mond kent vier kwadranten: linksboven, rechtsboven, linksonder, rechtsonder. Las tijdens het poetsen na elke kwadrant een pauze in om de cliënt te laten slikken en adem te laten halen. Poets ongeveer 12 seconden vanuit het midden/mediaan (voor in de mond) naar achter per kwadrant en neem daarna de tandenborstel uit de mond en wacht 12 seconden om de cliënt te laten slikken en adem te laten halen.
- Wanneer een cliënt bijt op een tandenborstel of als een cliënt kortere tanden of kiezen heeft, overweeg dan een drievlakstandenborstel te gebruiken. Overleg dit met de zelfstandige mondzorgprofessional.
- Laat de cliënt als hij dat kan en hieraan gewend is eventueel spoelen met water.
- Reinig de tong met een tongscraper of poets de tong met een tandenborstel wanneer er sprake is van tongbeslag of een vieze mondgeur (zie Figuur 5.2).
- Wanneer het poetsen van gebit en mondslijmvliezen met een tandenborstel niet lukt, vraag advies aan de tandarts of mondhygiënist. Een optie is om 5x5cm gazen gedrenkt in water of fysiologisch zout en/of dentalswabs te gebruiken. Wikkel de gazen om je wijsvinger en poets de tanden met je wijsvinger. Of smeer deze in met tandpasta om fluoride aan te brengen.
- Na het eten: laat de cliënt bij voorkeur na iedere maaltijd de mond spoelen of een slokje water drinken (alleen als de cliënt dat kan en hieraan gewend is).



Figuur 5.1: Plaatsen van tandenborstel



Figuur 5.2: Tongscraper

Cliënten met een (gedeeltelijk) kunstgebit (gebitsprothese)

[Zie ook de Poetskaart van De Mond niet vergeten](#)

Volg bij cliënten met een gedeeltelijke gebitsprothese de bovenstaande stappen voor de dagelijkse mondverzorging van de tanden en kiezen. Neem eerst de gebitsprothese uit.

Voor de prothese:

- Leg bij het reinigen een handdoek of een laagje water in de wastafel om stukvallen van de gebitsprothese te voorkomen.
- Reinig de gebitsprothese zo mogelijk twee keer per dag met een gebitsprotheseborstel met water en vloeibare zeep. Reinig alle kanten van de gebitsprothese: het is erg belangrijk dat ook de kant die op het slijmvlies rust goed wordt gereinigd.
- Spoel de gebitsprothese na de reiniging goed af.
- Voor de nacht: aanbevolen wordt om zonder gebitsprothese te slapen. Leg in dat geval de schoongemaakte gebitsprothese droog weg in een schoon, open gebitsprothesebakje.
- Zet indien nodig (bijvoorbeeld bij tandsteen of aanslag) de gebitsprothese één keer per week een nacht in een bakje met voor de helft water en voor de helft natuurazijn (geen schoonmaakazijn). Schrob de gebitsprothese daarna goed schoon en spoel deze voor terugplaatsing in de mond af.

Voor de tandeloze mond:

- Vet de lippen eventueel dun in. Vooral bij cliënten met een droge mond werkt dit verzachtend. Het invetten van de lippen met vaseline wordt afgeraden als cliënten zuurstof toegediend krijgen (eventueel cacao boter overwegen).
- Poets de mondslijmvliesen, gehemelte en kaken met een tandenborstel met zachte borstelharen met water (eventueel met tandpasta, maar spreek dit individueel per cliënt af). Het is voor de cliënt het fijnst wanneer er een vaste volgorde wordt aangehouden met poetsen. Houd hierbij de lippen en wangen opzij om te zien wat je doet.
- Werk van de minst gevoelige regio naar de meer gevoelige regio: buitenkant boven, buitenkant onder, kaakwal boven, kaakwal onder, binnenkant boven en binnenkant onder, tong, gehemelte.

- Las tijdens het poetsen na elk kwadrant (linksboven, rechtsboven, linksonder, rechtsonder) een pauze in. Poets ongeveer 12 seconden van voor naar achter per kwadrant en neem daarna de tandenborstel uit de mond en wacht 12 seconden om de cliënt te laten slikken en adem te halen.
- De kaakwallen kunnen ook gereinigd worden met een (vochtig) gaasje. Hiermee moet worden opgepast met cliënten die kunnen bijten.
- Laat de cliënt eventueel met water spoelen (alleen als de cliënt dat kan en hieraan gewend is).
- Na het eten: laat de cliënt bij voorkeur na iedere maaltijd de mond spoelen (alleen als de cliënt dat kan).

Bij gebitsimplantaten

[Zie ook de Poetskaart van De Mond Niet Vergeten](#)

Steeds vaker dragen cliënten een implantaat-gedragen gebitsprothese (vaker in de onderkaak dan in de bovenkaak). De implantaten met een daarop gemonteerde opbouw of drukknoppen houden de gebitsprothese op zijn plaats. De opbouw of drukknoppen (of tanden of kiezen) verdienen bijzondere aandacht bij de dagelijkse mondverzorging. Ook de binnenkant van de bijbehorende gebitsprothese verdient extra aandacht.

- Reinig de implantaten (en opbouw) in de mond met een tandenborstel met zachte borstelharen en rager zo mogelijk twee keer per dag. Reinig ook klemmetjes of knopjes aan de binnenkant van de gebitsprothese twee keer per dag met een protheseborstel en water en handzeep.
- Indien er onder de gebitsprothese nog tanden of kiezen zitten, dan verdient het de voorkeur deze tanden en kiezen te reinigen zoals staat omschreven bij cliënten met 'tanden en kiezen'.

Mondverzorgingsprotocol – aandachtspunten bij specifieke doelpopulaties

Algemeen voor cliënten

Maak de dagelijkse mondverzorging zo veel mogelijk voorspelbaar. Dit kan door in een individueel mondverzorgingsplan een vaste routine af te spreken voor het uitvoeren van de dagelijkse mondverzorging of door bijvoorbeeld af te spreken dat de tandenborstel 12 seconden in de mond blijft en vervolgens af te tellen. Indien de mondverzorging geheel of gedeeltelijk overgenomen dient te worden, dan kan het helpen om eerst de zorgverlener de tanden te laten poetsen, waarna de cliënt napoetst. Maar dit gaat altijd in overleg met de cliënt. Schakel verder bij bijtproblematiek en sensorische informatieverwerkingsproblematiek een ergotherapeut in voor bijvoorbeeld hulpmiddelen.

Cliënten met (een risico op) slikproblemen

Bij cliënten met slikproblemen, sondevoeding of een tracheostoma kan het gebruik van tandpasta en het spoelen van de mond met water een risico op verslikking (aspiratie) geven. Toch zijn er ook bij deze cliënten vaak mogelijkheden om de mond goed te reinigen. In samenwerking met een logopedist kan onderzocht worden welke individuele adviezen er nodig zijn. Deze adviezen zijn opgenomen in een individueel mondverzorgingsplan. In ieder geval zijn de volgende aandachtspunten van toepassing:

- Bij cliënten met tanden en kiezen is tandenpoetsen gewenst om tandsteenvorming en tandvleesontsteking (en ook gaatjes als er wel af en toe iets via de mond wordt aangeboden) tegen te gaan. Maak de tandenborstel met een beetje tandpasta niet nat, dat voorkomt extra schuimvorming.
- Gebruik een tandpasta die zo min mogelijk schuimt.
- Als een cliënt zelf niet goed de tandpasta uit kan spugen, laat de cliënt dan in een zijligging liggen met een bakje (papieren nierbekken) of handdoek onder het gezicht, zodat vocht uit de mond kan lopen en niet richting de keel.
- Neem na het tandenpoetsen vocht uit de mond met gazen.
- Reinig bij cliënten met een tandeloze mond de mond en slijmvliezen met in water en/of fysiologisch zout gedrenkte gazen van 5x5cm (niet te nat) en dentaswabs.
- Reinig de tong met een tongscraper of poets de tong met een tandenborstel, wanneer er sprake is van tongbeslag of een vieze mondgeur.
- Eventueel kan een uitzuigapparaat gebruikt worden om vocht uit de mond te halen.
- Indien medicatie in de avond met behulp van voeding wordt ingenomen, dan is het belangrijk na het innemen van de medicatie de mondverzorging uit te voeren.

Meer informatie over hoe om te gaan met cliënten met Slikproblemen is te vinden in de [SKILZ-richtlijn Slikproblemen](#).

Mondverzorgingsprotocol - Poetshouding

De poetshouding is erg belangrijk. Onderstaande adviezen zijn overgenomen uit het [Poetsboek voor mondverzorging bij kwetsbare ouderen van De Mond Niet Vergeten!](#)

Poetsen kan vanuit verschillende houdingen. Kies de houding die het best past bij de zorgverlener en de cliënt. Aandachtspunten: comfort, contact, goed zicht en het goed kunnen bereiken van de hele mond. De zorgverlener dient op de houding van zijn rug te letten en moet altijd handschoenen dragen.



De zorgverlener staat, de cliënt zit

- De zorgverlener staat schuin naast/achter de cliënt (rechts van de cliënt als de zorgverlener rechtshandig is; links als de zorgverlener linkshandig is). De zorgverlener steunt het hoofd van de cliënt tussen zijn linkerflank enerzijds en anderzijds met de vrije linkerarm en -hand (indien rechtshandig, voor linkshandigen de andere zijde). Op die manier is er goed zicht in de mond en kan de zorgverlener met de linkerhand (wanneer de zorgverlener rechtshandig is) de lippen en wang aan de kant houden terwijl de zorgverlener poetst. Deze 'omarming' van het hoofd helpt het hoofd stil te houden en de mondspieren te ontspannen en kokhalzen te voorkomen.

De zorgverlener staat, de cliënt ligt op bed



- Zorg dat het bed op heuphoogte van de zorgverlener staat en het hoofdeinde in een hoek van 45 graden.



- Vraag de cliënt om het hoofd iets naar je toe te draaien als dat kan.
- Wanneer het niet mogelijk is het hoofdeinde omhoog te zetten, leg de cliënt dan in zijligging. Plaats een kartonnen nierbekken (of een zachte, vochtabsorberende onderlegger, servet of handdoek) onder de wang, zodat vocht uit de mond van de cliënt kan lopen en de cliënt zich niet kan verslikken.
- Kan het bed niet omhoog, doe bovenstaande dan zittend. Ga dan op een stoel naast het bed zitten.

De zorgverlener en de cliënt zitten



- Ga als zorgverlener recht voor de cliënt zitten, met de benen in spreidstand. Dat zorgt voor een stabiele houding.
- Zorg ervoor dat ook de cliënt goed zit en dat diens hoofd wordt ondersteund (bijvoorbeeld met een kussentje in de nek of het hoofd tegen een muur). Dan zijn ook de mondspieren het meest ontspannen.
- Wanneer de cliënt voorovergebogen zit, kan de zorgverlener op een stoel naast de cliënt gaan zitten of op de knieën voor de cliënt (de rug van de zorgverlener moet recht blijven).

Algemene tips

- De zorgverlener houdt met de vrije hand de wang en lippen opzij zodat hij goed ziet waar hij poetst.
- De zorgverlener veegt na het tandenpoetsen de mond niet af, maar dept deze vanaf de wang naar de mond met bijvoorbeeld een handdoek. Aan het eind kan twee tellen een stevige druk gegeven worden op de mond/lippen waarmee de lippen zelf worden gereinigd. De lipsluiting wordt dan gestimuleerd en de slikreflex kan hiermee worden uitgelokt.
- Als iemand op de tandenborstel bijt of als een cliënt kortere tanden of kiezen heeft, kan op advies van een tandarts of mondhygiënist een driekopstandenborstel worden geprobeerd. Op advies en met goede uitleg van de tandarts of mondhygiënist en als de cliënt ermee instemt, kan ook een bijthoutje of vingerbeschermer/mondhulpstuk worden geprobeerd.