

Daglige mundplejerutiner for: _____

Tænderne skal børstes¹ gange dagligt: morgen aften andet: _____

- Tag handsker på. • Etabler god kontakt til borgeren og vær sikker på, at du har hans/hendes accept. • Find en god arbejdsstilling, gerne med borgeren liggende i sengen – eller stå bag borgeren. • Brug begge hænder: én til at børste med og én til at holde ud i kinder og læber med.



1 Fjern større madrester, brug evt. en våd engangsvaskeklud. Lad borgeren skylle munden.



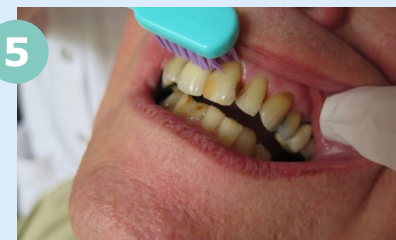
2 Brug fluortandpasta med 1450 ppm. Brug evt. Duraphat tandpasta (undlad at skylle).



3 Brug en alm. eller en el-tandbørste med et lille hoved og bløde børstehår (soft).



4 Bed borgeren gabe lidt op. Brug en finger til at bane vej for tandbørstehovedet.



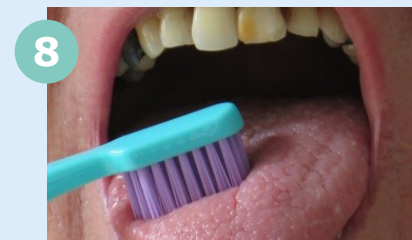
5 Børst langs tandkødsranden, med cirkulære bevægelser, det er her, de fleste bakterier sidder.



6 Børst på alle 3 flader: yderfladen, inderfladen og tyggefladen, i alt 2 minutter.



7 Brug interdentalbørste ("flaskerenser") mellem tænderne efter behov.



8 Børst forsigtigt tungen for at fjerne belægninger.

Kommentarer: _____

Vurdering af borgerens evne til at varetage egen mundhygiejne alene²: A: Borgeren kan selv B: Borgeren kan ikke selv

Har du spørgsmål? Kontakt borgerens egen tandpleje tlf: _____ E-mail: _____

eller send en mail til spoergjohan@tandplejeinformation.dk

¹Tjek med Døgnrytmeplan eller Planlægning/kalender. ²Brug de tre kriterier fra Basiskursus i Tandpleje.