

Astmaa sairastavan lapsen suun omahoito

Kuten muillakin, on myös astmaa sairastavan lapsen suunhoidon perusta aamuin illoin tapahtuva hampaiden harjaus fluorihammastahnalla.

Säännölliset ateria-ajat ja sokeripitoisten syömisten ja juomisten käyttökertojen rajoittaminen ovat nekin tärkeä osa suun ja hampaiden hoitoa.

Astman lääkehoitoon sisältyy tekijöitä, jotka saattavat aiheuttaa erityisongelmia hampaiden, ikenien ja suun limakalvojen terveydelle.

Astmaa sairastavalla on kaksinkertainen riski hampaiden reikiintymiselle terveisiin verrattuna. Hengitettävät lääkkeet laskevat suun pH:ta, vähentävät syljen eritystä ja lisäävät bakteeriplakin ja reikiintymistä aiheuttavan bakteerin määrää syljessä. Tämän vuoksi on hyvä pitää mielessä seuraavat asiat inhaloitavia kortikosteroideja käyttävien lasten suun omahoidossa:

Harjaa hampaat fluoria sisältävällä hammastahnalla aamuin illoin

- harjaus poistaa ientulehdusta ja reikiintymistä aiheuttavat bakteeripeitteet
- fluori vahvistaa hampaan kiillettä ja hidastaa bakteeripeitteiden kasvua

Käytä ksylitolipurukumia tai -pastilleja ruokailujen jälkeen

- ksylitoli poistaa bakteeripeitteitä ja hidastaa uusien peitteiden kasvua
- ksylitoli lisää syljeneritystä ja sylki suojaa hampaita, ikeniä ja limakalvoja

Lääkeinhalaation oton yhteydessä

- harjaa hampaat fluoria sisältävällä hammastahnalla ennen lääkkeen ottoa
- mikäli harjaus ei ole mahdollista, huuhtelee suu ja nielu vedellä sekä ota ksylitolipurukumi tai -pastillit hetkeä ennen lääkkeenottoa
- huuhtelee suu ja nielu lääkkeen oton jälkeen perusteellisesti vedellä – älä harjaa hampaita
- ajoita lääkkeenotto mahdollisuuksien mukaan ruokailujen yhteyteen, jos lääkettä joudutaan ottamaan usein

Lähteet: Hammaslääkäriliitto, Duodecim Terveyskirjasto