



Munnhelsedagen markeres 20. mars

Fredag 20. mars er det igjen den internasjonale munnhelsedagen – World Oral Health Day. Dagen, som ble innstiftet av FDI World Dental Federation i 2007, gir oss en gylden anledning til å sette fokus på oral helse. Årets internasjonale tema er vårt økende inntak av sukkerholdig mat og drikke, og FDI støtter her opp om WHOs viktige arbeid for å redusere sukkerinntaket.

NTF har de siste årene viet stor oppmerksomhet til folkehelsearbeidet. God oral helse er viktig for den generelle helsen, og orale sykdommer er ikke-smittsomme sykdommer på linje med blant andre diabetes, kreft og hjerte- og lungesykdom. Disse sykdommene er dagens store folkehelseutfordring, og de rammer stadig større deler av verdens befolkning. Ikke-smittsomme sykdommer har flere felles underliggende risikofaktorer som bruk av tobakk og alkohol, for lite fysisk aktivitet og skadelig kosthold. De kan derfor forebygges gjennom samlet innsats mot disse risikofaktorene. Det er avgjørende at vi i framtida får til dette, for problemet kan ikke løses med behandling alene.

Representantskapet vedtok et eget policydokument om folkehelse i 2013. Som tannleger ser vi store deler av den norske befolkningen regelmessig. Dette gir oss et særlig godt utgangspunkt for å bidra i folkehelsearbeidet. Her representerer vi en ubenyttet ressurs i dag. Vi kan gjøre en innsats i anti-tobakksarbeidet, og vi har god kompetanse på kosthold – spesielt på problematikken rundt et høyt sukkerinntak.

NTF har i år valgt en egen vri på Munnhelsedagen. I tillegg til å fokusere på munnhelse, har vi hatt et ønske om å sette tannlegenes viktige plass i folkehelsearbeidet på kartet. Fokus for årets Munnhelsedag er at tannhelseteamet nå tar opp kampen mot diabetes. Vi

er veldig fornøyde med at dagen skal markeres i samarbeid med Diabetesforbundet og Norsk Tannpleierforening.

Vi ønsker å skape oppmerksomhet rundt følgende tre punkter:

- Det er anslått at 175 000 nordmenn har Diabetes type 2 uten å vite om det.
- Diabetespasienter er to til fire ganger mer utsatt for periodontal sykdom enn resten av befolkningen.
- Tannhelseteamet kan spille en viktig rolle i å avdekke diabetes og sørge for at pasientene får den behandling og informasjon de trenger.

Personer med diabetes er spesielt utsatt for tannkjøttsykdom og infeksjon i munnhulen. Særlig gjelder dette hvis man har hatt diabetes over tid og i tillegg har dårlig blodsukkerkontroll. Periodontal sykdom og diabetes påvirker hverandre dessuten gjensidig. Diabeteskontrollen bedres hvis man kan fjerne infeksjon i munnhulen. Pasienter med dårlig regulert diabetes kan også være mer utsatt for karies. Nedsatt spyttsekresjon, munntørrehet og soppinfeksjon er andre komplikasjoner som personer med diabetes er spesielt utsatt for. Alle med diabetes bør være særlig oppmerksomme på munnhelsen, og de bør gå regelmessig til tannlege. Pasientene kan også ha rett på stønad fra folketrygden for enkelte deler av tannbehandling.

Rundt 350 000 nordmenn har diabetes type 2, og antallet er firedoblet de siste 50 årene. Hvert år får anslagsvis 6–7000 nordmenn denne diagnosen. Diabetes type 2 er en alvorlig sykdom. Dersom den oppdages slik at man får behandling tidlig, vil sykdommen få et gunstigere forløp, og det er lettere å unngå komplikasjoner. Utviklingen av diabetes type 2 kan være langsom med diffuse symptomer. Det kan derfor ofte gå lang tid før diagnosen stilles. Behandlingen baserer seg først og

fremst på opplæring til egenomsorg. For å holde blodsukkeret på et normalt nivå brukes forskjellige tiltak som justering av kostholdet, økt fysisk aktivitet og vektreduksjon hvis det er nødvendig. Mange (ca. 70 %) trenger blodsukkersenkende tabletter eller insulin i tillegg.

Kampanjens overordnede mål er:

- Kompetanseheving blant både publikum og tannhelseteamet om sammenhengen mellom diabetes og munnhelseproblemer.
- Bidra til at flere med diabetes type 2 får stilt en diagnose.
- Bedre hjelp til pasienter med diabetes type 1 og 2; informasjon om tannbehandling, forebyggende tiltak for god (tann-) helse, rettigheter og stønadsordninger.

Tannhelsepersonell kan spille en viktig rolle her! Som tannleger har vi en klar forpliktelse overfor pasientene til å ta denne utfordringen alvorlig.

I tillegg til fremstøt mot media lokalt og sentralt vil vi benytte sosiale medier for å skape blest om Munnhelsedagen. Her kan dere alle henge dere på! Vi vil også sammen med våre samarbeidspartnere utarbeide materiell som kan benyttes på klinikken. Diabetesforbundet tilbyr også mye bra materiell som er tilgjengelig på deres nettsted www.diabetes.no. Et annet nyttig nettsted er Norsk Tannvern, www.tannvern.no, hvor det også finnes materiell til tannhelsepersonell.

Vi håper at vi og våre samarbeidspartnere klarer å få satt søkelyset på sammenhengen mellom diabetes og munnhelse den 20. mars, både sentralt og lokalt. Dere kan lese mer om Munnhelsedagen i dette nummeret av Tidende.

Camilla Hanser Stenum