

Oral helse er helse!

Munnen er en del av kroppen. Ja, selvsagt. Men hvorfor er det da så vanskelig å få oral helse integrert i helsebegrepet? Hvorfor må vi stadig minne mange beslutningstakere og andre om at oral helse er viktig for fysisk og psykisk helse og motsatt? Hvorfor oppfatter mange ikke tannhelsetjenesten som en del av helsetjenesten?

Selv om vi opplever økt fokus på oral helse ser vi dessverre fortsatt at tannhelsetjenesten glemmes i mange viktige prosesser, og at tjenesten ofte ikke inkluderes. Prosessen som nå går med vaksinerings av helsepersonell, er et eksempel på dette. NTF ønsker å involveres og å bidra i alle prosesser som omfatter tannhelsetjenesten og oral helse.

NTF har i hele min tid vært svært opptatt nettopp av at oral helse er viktig for, og påvirker, den fysiske og psykiske helsen, og motsatt. Vi har arbeidet hardt for at oral helse skal være en naturlig del av helsebegrepet, og for at tannhelsetjenesten skal ses på som en viktig del av helsetjenesten. Det er et svært viktig, og også svært utfordrende arbeid.

En av de viktigste årsakene til at det er slik, er antagelig at tannhelsetjenesten er organisert og finansiert på en annen måte enn resten av helsetjenesten. Det gjør at tannhelsetjenesten ikke alltid inkluderes i prosesser som igangsettes, og at oral helse ikke inkluderes når man snakker om helse. Det må likevel være mulig å endre dette, uten nødvendigvis å endre hverken organisering eller finansiering av tjenesten.

NTF skal i hvert fall fortsette å snakke høyt om oral helse som en integrert del av helsebegrepet og tannhelsetjenesten som en viktig del av helsetjenesten. Et bidrag i dette arbeidet er årets Munnhelsedag.

Sammen med FDI World Dental Federation – den verdensomspennende organisasjonen for tannleger – markerer NTF årlig Munnhelsedagen 20. mars. I år er temaet: *God munnhelse kan bidra til at du lever et lengre, sunnere liv.*

I samarbeid med Kliniske Ernæringsfysiologers Forbund (KEFF) arrangerer vi fredag 19. mars et digitalt frokostseminar om viktigheten av god oral helse og riktig ernæring ved sykdom. Vi inviterer politikere og beslutningstagere til arrangementet, og vi håper selvsagt at mange av dere vil delta. Det er viktig å sette oral helse på agendaen. Vi er svært glade for at KEFF er med som arrangør, og at vi har fått dyktige foredragsholdere til å bidra med verdifull innsikt.

FDI understreker at god oral helse er en av grunnpillarene for generell helse og velvære. En sunn munn lar folk snakke, smile, lukte, smake, tygge, svelge og formidle en rekke følelser med selvtillit og uten smerte, ubehag



Foto: Kristin Aanes.

En sunn munn lar folk snakke, smile, lukte, smake, tygge, svelge og formidle en rekke følelser med selvtillit og uten smerte, ubehag og sykdom.

og sykdom. God oral helse har en positiv innvirkning på forebygging, behandling og håndtering av en rekke sykdommer, og er viktig for å sikre god livskvalitet.

Med motsatt fortegn vet vi at orale bakterier og infeksjon assosiert med periodontitt øker risikoen for en rekke andre sykdommer.

De fire hovedfaktorene som utgjør en risiko for orale sykdommer, er sukker, tobakksbruk, skadelig bruk av alkohol og dårlig munnhygiene. Ved å redusere risikofaktorene for orale sykdommer kan vi også forebygge annen sykdom, som hjerte- og karsykdommer, luftveissykdom, kreft og diabetes.

De fleste orale sykdommer kan i stor grad forebygges. Jo tidligere endringer og symptomer oppdages, dess enklere er det å behandle, og dermed unngå negative konsekvenser for resten av kroppen. Jevnlige kontroller hos tannlegen er derfor en god investering, ikke bare for munnhelsen, men for den generelle helsen.

Budskapet er klart: Du kan ikke være sunn uten god oral helse.

En godt fungerende munnhelse er grunnleggende for god ernæring, som igjen står helt sentralt i behandling og oppfølging av syke og pleietrengende.

Dårlig munnhelse og manglende oppfølging av munnhelsen ved sykdom eller funksjonsnedsettelse kan føre til smerter, ubehag og infeksjoner. Det kan gi problemer ved inntak av mat og drikke. Nok og riktig matinntak er essensielt for god livskvalitet, for å holde seg frisk og for å bli frisk etter sykdom. Dårlig munnhelse kan føre til dehydrering, feil- og underernæring. Konsekvensene av dette er alvorlige, da de fører til økt sykkelighet, større behov for pleie og økt dødelighet.

Ved å inkludere oppfølging av munnhelsen på et tidlig stadium av behandlingen av syke og pleietrengende, har man større sjanse for å iverksette tiltak som også kan bedre ernæringsstatus. Vi vet at underernæring er et problem i behandling av en rekke sykdommer.

For å sikre et helhetlig pasientforløp kreves det mer samarbeid på tvers av helsetjenestene, og økt kompetanse om munnhelse på tvers av helseprofesjonene. Munnhelse og ernæring bør vies mer oppmerksomhet i all helsefaglig utdanning.

Sammen kan vi bidra til at beslutningstagere og andre, ja hele befolkningen, får kunnskap om viktigheten av god oral helse for god helse og livskvalitet. Tannleger er helsearbeidere og en viktig del av helsetjenesten. Det skal vi fortsette å kjempe for.

Camilla Hansen Steinum
President