

Sammenheng mellom dårlig munnhelse og mangelfull ernæring

Mennesker som lever med psykisk sykdom har ofte dårlig munnhelse. Nå viser forskning fra Det odontologiske fakultet i Oslo at dårlig munnhelse også påvirker ernæringen for denne pasientgruppen.

 **ASTRID SKIFTESVIK BJØRKENG, UIO**
 **JARLI OG JORDAN**

– Selv om dette er en liten studie, viser den at det er en sammenheng mellom psykisk helse, munnhelse og ernæring, sier Julie Frigaard som sammen med sine kollegaer står bak en nylig publisert studie i tidsskriftet Frontiers.

Frigaard og hennes kollegaer undersøkte 23 pasienter som var innlagt på frivillig korttidsopphold ved en psykiatrisk avdeling. For å være med i studien måtte pasientene ha en eller flere av følgende diagnoser: Angst, psykose eller depresjon. I tillegg måtte de bruke minst ett legemiddel mot depresjon, angst og/eller psykose med munntørret som kjent bivirkning. Gjennomsnittsalderen var 36 år.

Ernæringsstatus ble kartlagt ved intervju og spørreskjema, deretter ble det gjennomført en detaljert oral helse-sjekk av tenner og munnhule. Lukt- og smakfunksjon ble kartlagt og spørreskjema om oral helse relatert livskvalitet ble besvart.

– Det er mange grunner til at munnhelsen kan være dårlig hos mennesker med en psykiatrisk diagnose, forklarer Frigaard. Ofte befinner de seg i livssituasjoner som er krevende. De kan være uten jobb, ha snudd døgnrytme

og ha manglende evne til egenomsorg, noe som innebærer at det å klare å opprettholde god munnhygiene blir svært vanskelig for mange, og helt umulig for enkelte.

Pasientene ble vurdert opp mot friske kontroller.

– Hos pasientene som vi undersøkte, fant vi en klar sammenheng mellom dårlig oral helse og dårlig ernæring, sier Julie Frigaard. Både de objektive funnene og pasientenes egne beskrivelser bekrefter dette.

«Mat som er myk og ikke tørr, glir lettere ned, så det er det jeg velger å spise», var det en pasient som sa.

En annen sa: «Jeg føler at depresjon, økonomi, alkohol, søvnløse netter og tannproblemer gjør det vanskelig å spise nok».

Studien bekreftet altså både at pasientene objektivt hadde dårlig munnhelse, og at de hadde selvopplevd dårlig munnhelse, noe som hindret dem i å få i seg nok mat.

– Selv om tidligere forskning har vist en sammenheng mellom psykisk sykdom og dårlig munnhelse, gir vår studie en mer detaljert beskrivelse av de ernæringsmessige utfordringene relatert til dårlig munnhelse, sier Frigaard.



Julie Frigaard er tannlege og forsker ved Det odontologiske fakultet ved Universitetet i Oslo.

– Til tross for at dette er en liten studie, understreker den at munnhelsen må ses i sammenheng med andre aspekter av den generelle helsen, og at undersøkelse og behandling av munnhulen må være en del av det integrerte behandlingsforløpet for mennesker med psykisk sykdom, sier Julie Frigaard. I dag er det dessverre slik, at selv om pasienter som er innlagt ved helseinstitusjoner kan ha rettigheter til tannbehandling i Den offentlige tannhelsetjenesten, er det ikke noe system som organiserer dette på en tilfredsstillende måte.

Det er ofte opp til den enkelte pasient å ta tak i dette, noe som kan resultere i at det ikke blir gjennomført da disse pasientene allerede kan oppleve det som krevende å møte hverdagen etter innleggelse.

– Vi håper derfor at denne studien kan vise at dette er et felt det må forskes mer på, men også at det haster å få munnhelsen inn som en del av det ordinære behandlingsforløpet for denne pasientgruppen, sier Frigaard avslutningsvis.