

SOP Mundhygiene in der Pflege – Teil 2: Zahn-, Mund und Zahnprothesenpflege

Elmar Ludwig

Im Herbst 2022 wurde der Expertenstandard „Förderung der Mundgesundheit in der Pflege“ [1] finalisiert. Seit dem 01. März 2023 kann dieser Standard beim Deutschen Netzwerk für Qualitätsentwicklung in der Pflege bestellt werden. Mit diesem Expertenstandard wurden erstmals bundesweit und interprofessionell Ziele, Maßnahmen und Qualitätskriterien der Mundhygiene in der Pflege abgestimmt. Damit wird die Mundhygiene in der Pflege mehr Aufmerksamkeit erfahren. Da im Expertenstandard auch die Schnittstellen zur Zahnmedizin klar beschrieben sind, ist zu erwarten, dass Zahnärzte als Experten häufiger angesprochen und um Rat oder gar praktische Anleitung bei der Mundpflege gebeten werden.

HINWEIS

Die Beiträge in der Rubrik „SOP/Arbeitsablauf“ sind als Anregung und Orientierungshilfe zu verstehen. Es bleibt jeder/jedem Kollegin/Kollegen überlassen, von diesem Schema abzuweichen, sofern man sich mit der Indikationsfrage befasst hat und sachliche Gründe für ein alternatives Vorgehen sprechen.

Die internetbasierte Informations-, Schulungs- und Beratungsplattform mund-pflege.net ist auf die Empfehlungen des Expertenstandards abgestimmt und gibt Antworten auf relevante Fragen rund um die Mundgesundheit in der Pflege. Die Stärke der Plattform, die vom Bundesministerium für Bildung und Forschung gefördert wird und kostenlos nutzbar ist, liegt in der großen Vielzahl anschaulicher Bilder und Filmen sowie interprofessionell abgestimmten digital animierten Pflegeszenen.

INFO

Teil 1: Ergonomisch arbeiten und Aspiration vermeiden

Im ersten Teil dieser Serie wurden für die Unterstützung bei der Mundhygiene in der Pflege die Ergonomie unter Berücksichtigung der Aspirationsgefahr, allgemeine Gesetzmäßigkeiten und Abläufe sowie Maßnahmen bei Demenz und abwehrendem Verhalten erläutert [2].

Teil 2 beleuchtet nun die Mittel und konkreten Maßnahmen der eigentlichen Zahn- und Mundpflege sowie im Detail den Umgang mit technisch aufwendigen Zahnprothesen. Diese weichen mitunter von den typischen Empfehlungen ab, die für Menschen ohne pflegerischen Unterstützungsbedarf gelten. Die Entwicklung dieser digital animierten Pflegeszenen wurden unterstützt durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration des Landes Baden-Württemberg.

Teil 2: Zahn-, Mund- und Zahnprothesenpflege

Pflegekräfte können mit Totalprothesen im Pflegealltag gut umgehen. Sind jedoch Zähne bzw. Implantate vorhanden oder gilt es, mit technisch komplizierten Zahnprothesen umzugehen, ergeben sich viele Fragen und Herausforderungen, auf die Pflegekräfte heute noch nicht gut genug vorbereitet sind.

Was ein Mensch selbst tun kann, soll er auch selbst tun!

Im Rahmen der Maßnahmenplanung gilt es zunächst, die vorhandenen Ressourcen einzuschätzen und bei der Durchführung der Mundpflege nur insoweit zu unterstützen, wie dies für den Patienten notwendig ist. Die Unterstützung bei der Mundpflege erfolgt dabei bestimmt, aber ohne Gewalt.

Anbahnung

Vor allem Menschen mit eingetrübtem Bewusstsein reagieren verunsichert, wenn bei der Unterstützung der Mundpflege der Kontakt direkt und unmittelbar im Gesicht bzw. im Mund erfolgt. Grundsätzlich kann es hilf-

reich sein, die Unterstützung über den Kontakt beginnend an den Extremitäten zu bahnen. Der Kontakt sollte dabei bewusst und so deutlich erfolgen, dass der Kontakt auch wahrgenommen wird (► **Abb. 1 a–f**).



► **Abb. 1** Anbahnung der Kontaktaufnahme für die Mundpflege bei Menschen mit eingetrübtem Bewusstsein an den Extremitäten. Bei schwerer kognitiver Beeinträchtigung oder im Wachkoma sollte der Körperkontakt zunächst z. B. am Arm begonnen und dann weiter über Schulter, Hals, Wange und um das Kinn herum in die definitive Unterstützungsposition gebahnt werden.

Ablauf der Zahn-, Mund- und Zahnprothesenpflege: am besten zweimal täglich

Für die Zahn-, Mund- und Zahnprothesenpflege hat sich der nachfolgende Ablauf bewährt:

1. Positionierung am Waschbecken bzw. am Bett
2. Für gute Ausleuchtung sorgen
3. Bei Unterstützung Einmalhandschuhe anziehen
4. Notwendige Pflegemittel bereitlegen
5. Handtuch umlegen
6. Lippen pflegen
7. Vorhandene Zahnprothesen entnehmen und vorreinigen
8. Mundhöhle – falls möglich – gut und kräftig mit Wasser ausspülen
9. Zähne, Zahnfleisch, ggf. auch Zunge und Mundschleimhäute mit der Zahnbürste und Zahnpasta reinigen
10. Zahnzwischenräume ggf. mit Interdentalbürste reinigen
11. Überschüssige Zahnpastareste zwischendurch und zum Schluss ausspucken – wenn überhaupt, nur mit wenig Wasser kurz ausspülen
12. Zahnprothesen nachreinigen, abends ggf. zusätzlich mit Reinigungstablette
13. Zahnprothesen mit Wasser abspülen und wieder eingliedern oder – wenn möglich – zur Nacht außerhalb des Mundes lagern
14. Bei trockenen bzw. rissigen Lippen – nochmals Lippen pflegen

Prothesen sollten idealerweise nach jeder Mahlzeit kurz aus dem Mund entnommen und mit Wasser abgespült sowie der Mund mit Wasser ausgespült werden. Danach wird der Zahnersatz wieder eingesetzt.

Pflege- und Hilfsmittel, die nicht empfohlen werden

Der Expertenstandard zur Förderung der Mundgesundheit in der Pflege macht auch explizit Nichtempfehlungen für Pflege- und Hilfsmittel [1]: Diese sind nachfolgend mit den entsprechenden Begründungen aufgeführt:

- Schaumstoffstäbchen zur Zahnreinigung entfernen Zahnbeläge nicht effektiv.
- Zahnbürsten mit harten Borsten können Zahnfleisch und Schleimhäuten verletzen.
- Zahnpasten mit starker „Scheuerwirkung“ können Zähne und Zahnersatz schädigen.
- Nelkenöl (Eugenol) hat zytotoxische und gentoxische Wirkung sowie ein hohes Allergiepotezial.
- Seife bzw. Spülmittel zur Reinigung von Zahnprothesen, da Rückstände geschmacklich irritieren und schaden können.

- Glycerinhaltige Produkte trocknen die Schleimhäute aus und irritieren den Geschmack.
- Zitronenstäbchen greifen wegen ihres Säuregehalts bei Daueranwendung die Zähne an.
- Butter zum Lösen von Borken, aus kulturellen bzw. ernährungsweise betreffenden Gründen (Veganismus). Zudem könnten Butterstücke Fettembolien auslösen.

Schrittweiser Ablauf der Zahn-, Mund- und Zahnprothesenpflege

Die nachfolgenden Bildstrecken zeigen relevante Stationen der Zahn- und Mundpflege (► **Abb. 2**, ► **Abb. 3**, ► **Abb. 4**, ► **Abb. 5**, ► **Abb. 6**, ► **Abb. 7** und ► **Abb. 8**) und der Zahnprothesenpflege (► **Abb. 9**, ► **Abb. 10**, ► **Abb. 11**, ► **Abb. 12**, ► **Abb. 13**, ► **Abb. 14** und ► **Abb. 15**). Die Kommentierung beantwortet dabei häufig gestellte Fragen im speziellen Kontext der Pflege. Es wird empfohlen, alle Maßnahmen mit Worten und/oder mit Gesten anzukündigen.



- **Abb. 2** Ergonomie und Aspirationsgefahr im Blick. **Maßnahme und Kommentierung:** Eine „Fechterstellung“ mit guter Abstützung erleichtert der unterstützten Person das Arbeiten. Der freie Arm sichert den Kopf zwanglos und ohne Einklemmen. Der Kieferkontrollgriff erlaubt eine gute und sichere Führung des Kopfes sowie das Öffnen des Mundes. Der Kopf wird leicht nach vorne unten gebeugt – nicht zur Seite drehen – das minimiert die Gefahr, sich zu verschlucken. Das Heranführen der Zahnbürste im Blickfeld aktiviert den unterstützungsbedürftigen Menschen.



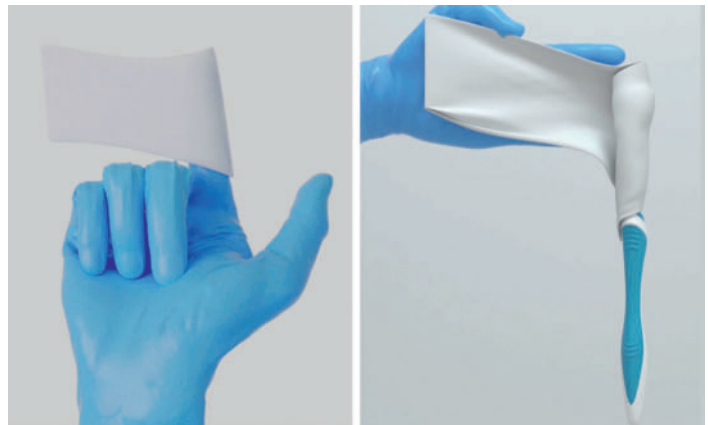
► **Abb. 3** Lippenpflege zu Beginn! **Maßnahme und Kommentierung:** Die Pflege der Lippen mit fetthaltigem Balsam sollte zu Beginn der Mundpflegemaßnahme erfolgen, um Verletzungen der Lippen und der Mundwinkel vorzubeugen. Bei rissigen bzw. trockenen Lippen sollte am Schluss die Lippenpflege wiederholt werden.



► **Abb. 4** Speisereste und Beläge ausspülen. **Maßnahme und Kommentierung:** Vorhandene Zahnprothesen sollten zunächst entnommen werden. Vor allem zu Beginn, aber auch zwischendurch empfiehlt es sich, Speisereste, gelöste Beläge und Zahnpastaschaum ausspucken zu lassen. Sollte dies nicht möglich sein, kann der Mund jeweils auch mit einer Kompresse ausgewischt werden.



► **Abb. 5** Zähne putzen: Worauf es ankommt! **Maßnahme und Kommentierung:** Zahnbürsten mit dickem Griff erleichtern die Mundpflege. Bei empfindlichem Zahnfleisch werden Zahnbürsten mit eher weichen Borsten besser toleriert. Elektrische Zahnbürsten können sinnvoll sein, müssen aber toleriert werden (Vibrationen, Geräusche). Die Putzbewegung erfolgt hier durch die Zahnbürste selbst. Ritualisierte Abläufe im Hinblick auf die Zahnputztechnik und Systematik sind anzustreben. Geputzt wird mit kleinen rüttelnden oder kreisenden Bewegungen und wenig Druck. Wichtig ist, dass möglichst alle Zahnoberflächen geputzt werden. Ebenso sollten Prothesenauflageflächen und bei Bedarf die Zunge gereinigt werden. Damit möglichst entspannt geputzt wird, sollte die unterstützende Person die Zähne so putzen, wie diese das bei sich selbst gewohnt ist. Bei erwachsenen Menschen keine Kinderzahnpaste verwenden. Zu empfehlen sind Zahnpasten, die von der Stiftung Warentest oder Ökotest mit „sehr gut“ bewertet sind (ausreichend Fluorid, kein Natriumlaurylsulfat, kein Titandioxid). Zudem sollte darauf geachtet werden, dass der Geschmack der Zahnpasta vom betroffenen Menschen gut toleriert wird. Schaumstoffstäbchen eignen sich nicht für die Zahnpflege!



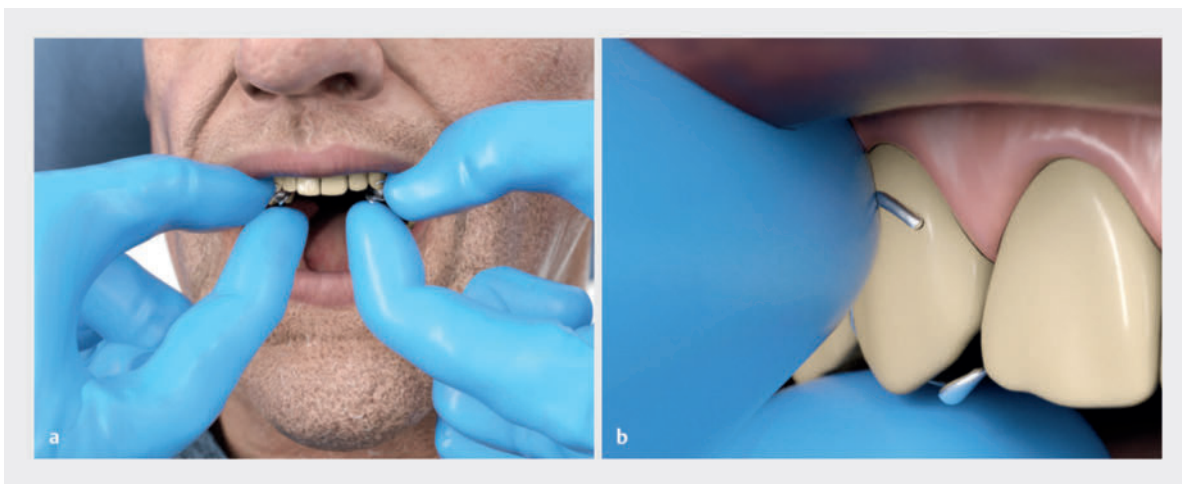
► **Abb. 6** Mund auswischen mit Kompressen. **Maßnahme und Kommentierung:** Zum Auswischen des Mundes hat es sich bewährt, kleine Kompressen (5 × 5 cm, achtlagig) einfach um den Finger zu wickeln. Bei eingeschränkter Kooperation mit der Gefahr einer Verletzung durch Zusammenbeißen der Zähne kann die Kompresse auch um die Zahnbürste gewickelt werden (Zuckerwatte-Technik).



► **Abb. 7** Interdentalraumbürsten: vorne beginnen! **Maßnahme und Kommentierung:** Zahnzwischenräume sollten in der Pflege mit einer Interdentalbürste nach dem Putzen der Zähne mit Zahnpasta und Zahnbürste gereinigt werden. Dazu werden bei guter Übersicht vorne beginnend die Interdentalräume gereinigt und gleichzeitig der Zahnpastaschaum in die Zwischenräume verbracht. Nach und nach wird dann der Mund weiter geschlossen und der Mundwinkel sanft nach hinten gezogen, um auch im Seitenzahnbereich die Interdentalbürste ohne Verbiegen (reduziert Bruchgefahr) gerade einführen zu können. Zum Schluss nochmals kurz ausspucken lassen.



► **Abb. 8** Mund auswischen: Zuckerwatte spielen! **Maßnahme und Kommentierung:** Nach der Reinigung hat es sich bewährt, Zahnpastaschaum und gelöste Beläge nur mit wenig Wasser auszuspülen oder noch besser nur ausspucken zu lassen. Alternativ kann abschließend der Mund wieder mit einer Kompresse ausgewischt werden. So bildet der (wenige) verbliebene Zahnpastaschaum die gewünschte schützende Kalzium-Fluorid-Deckschicht auf den Zahnoberflächen weiter aus. Bei Schluckstörungen oder wenn Menschen es gewohnheitsmäßig bevorzugen, den Mund mit Wasser auszuspülen, kann natürlich auch so verfahren werden. Lippen nochmals mit fetthaltigem Balsam pflegen, vor allem bei trockenen/rissigen Lippen.



► **Abb. 9** Entnehmen: vorsichtig rütteln und sicher halten. **Maßnahme und Kommentierung:** Das Entnehmen der Zahnprothesen erfolgt genauso wie die Mundpflege im Sitzen am Waschbecken in möglichst aufrechter Kopf-Körper-Haltung in einer Art „Fechterstellung“ (siehe SOP – Teil 1). Auf beiden Seiten wird mit Daumen und Zeigefinger die Prothese an den Verbindungselementen (hier Klammern) mit leicht rüttelnden Bewegungen links und rechts von den Zähnen im Mund gelöst und anschließend sicher nach vorne aus dem Mund geführt. Löst sich eine Prothese nicht, sollte der Hauszahnarzt gerufen werden.



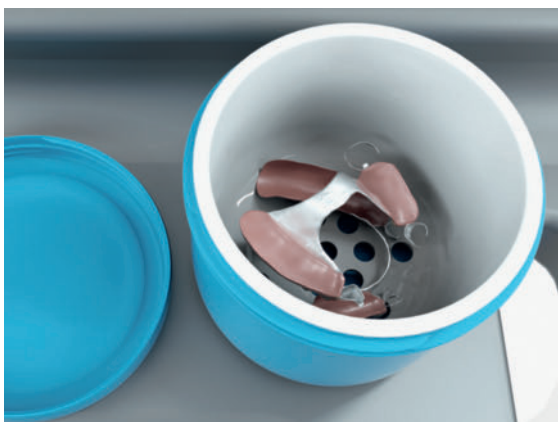
► **Abb. 10** Mechanische Reinigung: Kompresse. **Maßnahme und Kommentierung:** Haftcreme und Speisereste können sowohl von den Zahnprothesen als auch von den Prothesenauftragflächen im Mund mit Kompressen (5 × 5 cm, achtlagig) entfernt werden. Bei der Anwendung der Kompressen im Mund hat es sich bewährt, die Kompressen vorher etwas zu befeuchten.



► **Abb. 12** Chemische Reinigung. **Maßnahme und Kommentierung:** Jeden 2. bzw. 3. Tag und bei Hochrisikopatienten auch täglich können die Zahnprothesen im Anschluss zusätzlich für 10–15 Minuten in einer Dose mit warmem Wasser und einer Reinigungstablette chemisch gereinigt werden.



► **Abb. 11** Mechanische Reinigung: Bürste und Zahnpasta. **Maßnahme und Kommentierung:** Die Reinigung der Zahnprothesen erfolgt mit Zahnbürste oder Prothesenbürste und Zahnpasta, wobei die Prothese tief ins Waschbecken gehalten wird. So lassen sich Beschädigungen vermeiden, sollte eine Prothese beim Reinigen aus der Hand gleiten und ins Waschbecken fallen. Es ist darauf zu achten, Klammern mit dem Finger zu schützen. Für die Reinigung der Prothesen sollte keine Seife (wie häufig von Zahnärzten empfohlen), sondern Zahnpasta verwendet werden. Diese entfernt Beläge durch die enthaltenen Schleifmittel effektiver und schadet dem Prothesenkunststoff nicht relevant. Bei der Anwendung von Seife besteht zudem die Gefahr, dass Seifenrückstände in den Mund gelangen.



► **Abb. 13** Lagerung der Zahnprothesen. **Maßnahme und Kommentierung:** Nach spätestens 30 Minuten hat das Bad keine Desinfektions- bzw. Reinigungswirkung mehr. Deshalb sollten die Prothesen danach mit klarem Wasser abgespült und entweder wieder in den Mund eingesetzt oder „über Nacht“ – wenn möglich – trocken in einer Dose mit geöffnetem Deckel aufbewahrt werden. Die trockene Lagerung über Nacht außerhalb vom Mund tötet eventuell verbliebene Bakterien auf der Prothese noch besser ab.



► **Abb. 14 Haftcreme: so wenig wie nötig! Maßnahme und Kommentierung:** Die Wirkung der Haftcremes lässt sich in der Regel steigern, wenn die Zahnprothesenunterseite trocken ist. Etwa erbsengroße Mengen Haftcreme mit etwas Abstand auch zu den Prothesenrändern aufgeben. Vor dem Einsetzen etwa 10 Sekunden warten (Abblüften) und beim Einsetzen die Prothese für 10 Sekunden fest auf den Kiefer drücken, damit sich die Haftcreme möglichst gleichmäßig verteilt. Nach dem Einsetzen der Prothesen für etwa weitere 10 Minuten wenig sprechen, essen oder trinken, damit sich die Wirkung der Haftcreme noch besser entfalten kann.



► **Abb. 15 Eingliedern. Maßnahme und Kommentierung:** Beim Einsetzen der Zahnprothese ist darauf zu achten, dass die Prothese über die Mundwinkel in den Mund eingedreht und zunächst über dem Kiefer mit den Restzähnen korrekt positioniert wird. Beim Andrücken der Oberkieferprothese kann die Schulter bzw. der Oberarm als Widerlager dienen. Beim Andrücken der Unterkieferprothese wird auf beiden Seiten von unten gegen den Unterkiefer gegengehalten. Kurz bevor die Prothese in die definitive Position gebracht wird und auch zum Schluss ist zu prüfen, dass die Wangen und Lippen nicht eingeklemmt sind. Dazu mit den Zeigefingern zwischen den Zähnen sowie den Wangen und Lippen den Mundvorhof ausstreichen.

Zahn- und Mundpflege Zahnprothesenpflege

Pflegeszenen, Bildstrecken und interaktive Modelle

Die digital animierten Pflegeszenen zu den Aspekten der Ergonomie und Aspirationsgefahr, der Anbahnung sowie Zahn-, Mund- und Zahnprothesenpflege stehen auf mund-pflege.net, Kapitel „Unterstützte Mundpflege“, sowie auf dem YouTube-Kanal von [mund-pflege](https://www.youtube.com/@mund-pflege) (<https://www.youtube.com/@mund-pflege>) zur Verfügung. Auf mund-pflege.net stehen im Kapitel „Unterstützte Mundpflege“ darüber hinaus real gefilmte Pflegeszenen und Bildstrecken der digital animierten Szenen zur Verfügung. Unter „Zahnärztliche Versorgungen“ lassen sich die digital umgesetzten Zahnprothesen als 3-D-Modelle auch interaktiv bewegen.

FAZIT

Mit den hier vorgestellten Pflegeszenen können nahezu alle pflegerelevanten Fragen bei der Unterstützung der Mundhygiene nicht nur kompetent beantwortet, sondern auch anschaulich demonstriert werden.

Interessenkonflikt

Der Autor ist Initiator und Koordinator des Entwicklungsteams für die in diesem Artikel vorgestellten digitalen Pflegeszenen. Der Autor ist zudem Mit-Initiator der Internet-Plattform www.mund-pflege.net.

Autorinnen/Autoren



Dr. Elmar Ludwig

Zahnarzt und Referent für Alterszahnheilkunde der Landes Zahnärztekammer Baden-Württemberg. Mitglied der Arbeitsgruppe für den Expertenstandard Förderung der Mundgesundheit in der Pflege.

Korrespondenzadresse

Dr. Elmar Ludwig
Zahnärztliche Gemeinschaftspraxis
Neue Straße 115
89073 Ulm
Deutschland
elmar_ludwig@t-online.de

Literatur

- [1] Deutsches Netzwerk für Qualitätsentwicklung in der Pflege (DNQP), Hrsg.. Expertenstandard Förderung der Mundgesundheit in der Pflege. Osnabrück: DNQP; 2023.
- [2] Ludwig E. SOP Mundhygiene in der Pflege – Teil 1: Ergonomisch arbeiten und Aspiration vermeiden. Zahnmedizin up2date 2022; 16: 465–468. doi:10.1055/a-1963-7141

Bibliografie

Zahnmedizin up2date 2024; 18: 13–20
DOI 10.1055/a-1991-3237
ISSN 1865-0457
© 2024. Thieme. All rights reserved.
Georg Thieme Verlag KG, Rüdigerstraße 14,
70469 Stuttgart, Germany