

Tannheilsa: Leiðbeiningar fyrir skólahjúkrunarfræðinga

Frá 6. árs nemendum við Tannlæknadeild Háskóla Íslands

Æskileg áhöld

- Munnspegill eða annar minni spegill
- Vasaljós





Tannskán

- Tannskánin safnast fyrir upp við tannholdið til að byrja með
- Tannskán getur þú t.d. skafið af með tannstöngli
- Oft er tannholdið einnig bólgið, rautt, viðkvæmt og stundum blæðir
- Tannskán er merki um slæma munnhirðu og mikilvægt er að grípa inní til þess að koma í veg fyrir tannskemmdir eða frekari bólgu í tannholdi



Heilbrigt ástand



- Tennurnar eru hreinar
- Tannholdið er ljósbleikt

Skimun fyrir tannskán:

Myndband:



- Biðjið barnið um að brosa breitt og fylgist sérstaklega með tannholdssvæðinu

**TANNSKEMMIDIR:
GERÐIR OG ÚTLIT**



Tannskemmdir á tyggifleti tanna:

1) Hér má sjá hreinar og heilbrigðar tennur án skemmda



2) Hér er kominn litur í skorurnar sem er ekki endilega skemmd





3) Stór skemmd - ummerki skemmdar er dökkur litur sem getur verið brúnn, grár eða svartur.

Barn getur kvartað yfir því að það fái kalt í tennurnar þegar það borðar eða drekkur. Stöðugir verkir geta verið merki um alvarlegt tannskemmdaástand, en barn getur einnig verið verkjalaust þrátt fyrir skemmdir

4) Ef skemmdin er orðin stærri þá er hægt að sjá holu á yfirborði tannarinnar.



Skimun fyrir tannskemmdum á bitfleti:

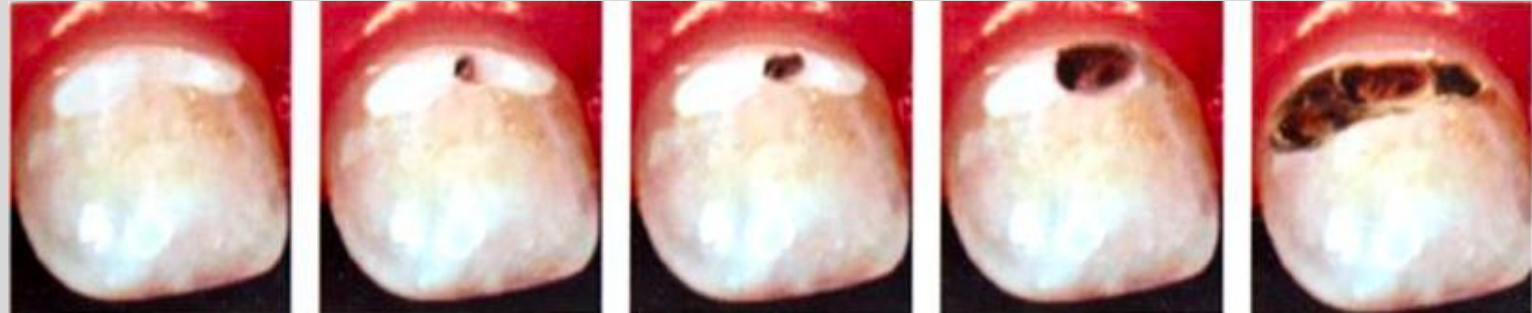
Myndband:



- Best er að lýsa með vasaljósi og skoða bitfletina. Notumst við spegil til að sjá betur tyggifleti í efri gómi.
- Leitumst eftir fyrrgreindum ummerkjum.

Tannskemmdir á vara-/kinnaflæti tannar

- Þróun skemmdar:



Ummerki: dökkur eða ljós litur, oft upp við tannholdið, sem getur verið brúnn, grár eða svartur.

Skimun fyrir tannskemmdum á vara-/kinnfleti:

Myndband:



- Lyftum vörum frá svo allur tannflöturinn sjáist.
- Leitist eftir fyrrgreindum ummerkjum.

Að lokum - Nokkur heilræði

- Bursta 2x á dag í 2 mín með flúrtannkremi
 - Með hjálp foreldra fram að 12 ára aldri
 - Bursta bitfleti, slétta fleti og snúa tannbursta að tönnum og upp að tannholdi
- Tannþráður 1x á dag
 - Tannburstun hreinsar aðeins 3x fleti tannarinnar, tannþráðurinn sér um hina 2
- Skeypa en ekki skola eftir burstun

