Mundhygiene im „Pflege und Wohnen“ Mariendorf

Warum ist Mundpflege so wichtig?

Eine gute Mundpflege verhindert und lindert gesundheitliche Probleme. Die Mundgesundheit hat Einfluss auf das Wohlbefinden und diverse andere gesundheitliche Bereiche.

Mit zunehmendem Alter zieht sich das Zahnfleisch zurück und Menschen haben ein erhöhtes Risiko für Probleme im Mundraum.

Gute Mundhygiene aufrechterhalten:

- ausreichend Flüssigkeit zuführen
- morgens und abends Zähne putzen
- selbstständige Personen zur Mundhygiene auffordern oder Zahnbürste bereitstellen
- Personen im Bett unterstützen
- zuckerhaltige und saure Lebensmittel meiden

Praxistipps für den Pflegealltag

https://www.zqp.de/wp-content/uploads/ZQP-Ratgeber-Mundpflege.pdf

Hilfsmittel:



Zahnpasta:

- Hilft Beläge zu entfernen
- Sollte Fluorid enthalten, das vor Karies schützt
- Für Prothesen spezielle Reinigungscreme für „Dritte Zähne“ nutzen

Zahnprothesen:

- Nach dem Entfernen gründlich reinigen
- 3-mal wöchentlich Intensivreinigung mit Reinigungstablette
- Vor dem Einsetzen und nach dem Herausnehmen Mund reinigen und spülen
- Haftcreme nur auf trockene Prothesen

Lara Schubert
Praxisentwicklerin B.sc. PFF
Wohnbereich 3
E-Mail: la.schubert@drk-kliniken-berlin.de

Folgen einer schlechten Mundgesundheit

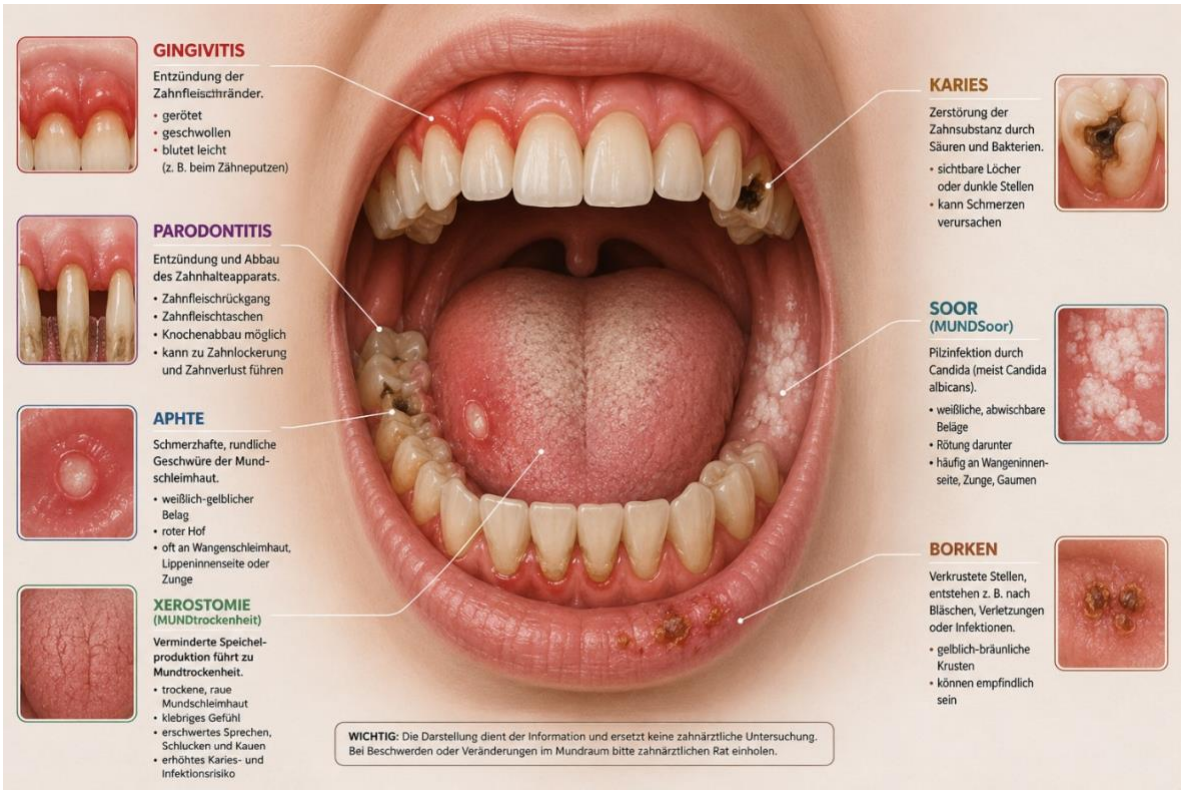


Bild: KI-generiert

Eine schlechte Mundgesundheit führt zu:

- oralen Infektionen
- erhöhtes Risiko bakterieller Pneumonie
- Arteriosklerose, Rheuma, Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Schlaganfall
- Mangelernährung

Bei Auffälligkeiten (Schmerzen, Rötung, Schwellung, Entzündungen, gelbliche Beläge/ Borken, häufig gerissene Mundwinkel, Mundtrockenheit, scharfkantige/lockere/ verfärbte Zähne, schlecht sitzende Prothesen oder anhaltende Probleme beim Kauen und Schlucken) ärztlich abklären

Thomas, A. (25. Oktober 2024). Wie kommt es zu einer Gingivitis und wie kann sie therapiert werden? *Deutsche Apotheker Zeitung*. https://www.deutsche-apotheker-zeitung.de/news/artikel/2019/11/01/wie-kommt-es-zu-einer-gingivitis-und-wie-kann-sie-therapiert-werden

Bolshukhina, L. (5. Juli 2024). *Parodontitis – was ist das und was hilft?* Apotheken Umschau. https://www.apotheken-umschau.de/krankheiten-symptome/zahnkrankheiten/parodontitis-symptome-diagnose-therapie-vorbeugen-733985.html

Hassel, A. J., Leisen, J., Rolko, C., Rexroth, W., Ohlmann, B., & Rammelsberg, P. (2008). Wie verlässlich ist die klinische Erhebung von Mundgesundheitsparametern durch Ärzte bei geriatrischen Patienten? *Zeitschrift Für Gerontologie Und Geriatrie*, *41*(2), 132–138. https://doi.org/10.1007/s00391-007-0455-1

Fleck & Belag: abwischbar. (o. D.). mund-pflege.net. https://www.mund-pflege.net/auffaelligkeiten-probleme/auffaelligkeiten-im-mund/schleimhaeute/belag-abwischbar/

Pohl, R. (10. Dezember 2025). *Initialkaries: Frühes Kariesstadium erkennen und behandeln*. ZukunftZahn. https://zukunftzahn.de/wissen/zahnerkrankungen-beschwerden/karies/initialkaries/

Felicio, A., Weiss, B.G. Wenn die Spucke wegbleibt. *MMW - Fortschritte der Medizin* **162**, 48–49 (2020). https://doi.org/10.1007/s15006-020-0161-0

Lux, K., Storch, L., Sulmann, D., & Väthjunker, D. (2024). *Mundpflege: Praxistipps für den Pflegealltag* (10. Aufl.). Zentrum für Qualität in der Pflege. https://www.zqp.de/wp-content/uploads/ZQP-Ratgeber-Mundpflege.pdf

Lara Schubert
Praxisentwicklerin B.sc. PFF
Wohnbereich 3
E-Mail: la.schubert@drk-kliniken-berlin.de

EMPOWERING OURSELVES

START IN EINE PFLEGE, DIE WIRKT



JUNGE PFLEGE KONGRESS 2026

12.11.2026 HUB 27 BERLIN

DEUTSCHER PFLEGETAG
PFLEGE STÄRKEN MIT STARKEN PARTNERN

BGW

JUNGE PFLEGE | DBfK Nordost
Deutscher Berufsverband für Pflegeberufe