

TIIVISTELMÄ PALKON SUOSITUKSESTA HUONON SUUHYGIENIAN AIHEUTTAMAN SAIRASTUMISRISKIN PIENENTÄMINEN OMAHOIDON TUELLA JA ELINTAPO-OHJAUKSELLA KORKEAN RISKIN POTILAILLA

Suositus on hyväksytty Palveluvalikoimaneuvoston kokouksessa 24.3.2021

Suositus on kohdennettu niille, julkisen terveydenhuollon, tahoille, jotka järjestävät potilaille omahoidon tukea ja elintapaohjausta suuhygieniasta huolehtimiseksi. Se koskee henkilöitä, joiden suuhygienia on huonontunut joko puutteellisen omahoidon tai suun terveyden kannalta haitallisten elintapojen seurauksena ja edellisistä on seurannut korkea suun tulehdussairauksiin sairastumisen riski. Suositus koskee myös potilaita, joilla on jo todettu korkea riski sairastua kansantauteihin ja, joilla sairastumisen todennäköisyyttä voidaan hyvällä suuhygienialla pienentää sekä tiettyjä erityisryhmiä.

Suuhygieniasta huolehtimatta jättämisestä voi seurata vakavia suun tulehdussairauksia, mm. karies tai kiinnityskudossairaus. Myös niiden hoitamatta jättämisellä on yhteys muihin vakaviin sairauksiin (kuten sydän- ja verisuonisairauksiin sekä diabeteksen ja reumasairauksien hoitotasapainoon), joiden hoitaminen kuluttaa hoitojärjestelmän resursseja ja aiheuttaa merkittävää elämänlaadun heikkenemistä potilaille. Hoitamattomat suun tulehdussairaudet ovat myös este monien leikkausten tekemiselle ja hoitojen aloittamiselle. Laitos- ja sairaalapotilailla huono suuhygienia suurentaa riskiä sairastua keuhkokuumeeseen ja muihin hengitystieinfektioihin.

Huonon suuhygienian taustalla on usein se, että henkilö ei ilman ulkopuolista tukea pysty huolehtimaan suuhygieniastaan eikä saa lähipiiristään siihen tarvitsemaansa tukea. Tällaisilla ja tiettyihin erityisryhmiin kuuluvilla potilailla on huonon suuhygienian seurauksena kohonnut riski saada suun tulehdussairauksia. Miehistä 47 %, naisista 17 %, yläasteikäisistä pojista yli 50 % ja tytöistä 30 % ja laitoshoidossa olevista vanhuksista yli 90 %:lla on todettu merkkejä huonosta suuhygieniasta. Estettävissä olevia suun tulehdus-sairauksia esiintyy paljon. Hoitoa vaativaa kariesta on noin 20 %:lla ja kiinnityskudossairautta yli puolella aikuisväestöstä.

Vaikuttavalla ennaltaehkäisyllä ja varhaisella hoidolla pystytään pienentämään merkittävästi suun tulehdussairauksien hoidon kustannuksia, jotka ovat satoja miljoonia euroja vuosittain. Suosituksen lähtökohtana oli tunnistaa ne teoriapohjaiset menetelmät, joiden avulla potilas sitoutuu ja motivoituu omahoitoon ja elintapojensa muuttamiseen ylläpitääkseen parempaa suuhygieniää. Tässä yhteydessä teoriapohjaisilla menetelmillä tarkoitetaan sellaisia tieteellisesti todennettuja menetelmiä, joiden osatekijät on kuvattu. Vaikuttavalla omahoidon tuella ja elintapaohjauksella vaikuttetaan kariuksen ja kiinnityskudossairauden ennaltaehkäisyssä mm. ruokavalioon ja hampaiden harjaamiseen, ja huomioidaan syljeneritykseen vaikuttava lääkitys. Lapsiperheissä osana omahoidon tukemista vaikuttetaan perheen sisäiseen vuorovaikutukseen niin, että lasta tuetaan suuhygieniasta huolehtimisessa.

Suosituksessa on kuvattu mitä osa-alueita käyttäytymisen muutosta aikaansaavat menetelmät sisältävät ja tekijät, jotka tulee palveluiden järjestämisessä huomioida vaikuttavan omahoidon tuen toteuttamiseksi.

Omahoidon tukeminen ja elintapaohjaus vaikuttavilla menetelmillä kuuluvat terveydenhuollon palveluvalikoimaan huonon suuhygienian aiheuttaman sairastumisriskin pienentämiseksi korkean riskin potilailla siten, että myös seuraavat tekijät huomioidaan:

- Korkean riskin ryhmään kuuluvien potilaiden tunnistaminen ja hoitojärjestelmän piiriin saaminen

- Käytetään tutkimusnäytön perusteella myönteisesti vaikuttavia menetelmiä, kuten motivoivaa haastattelua, jotka sisältävät lähtötilanteen arvioimisen, potilaan tai hänen vanhempiensa motivoimisen, tiedon lisäämistä, tavoitteen asettelun, suunnitelman teon, seurannan ja palautteen antamisen yksilöidysti potilaan tilanteen mukaan
- Terveyden- ja sosiaalihuollon ammattihenkilöiden yhteistyö
 - on usein edellytys ennaltaehkäisevien toimien onnistumiselle
 - osana yhteistyötä huomioidaan, että jos asiakasmaksujen suuruus on esteenä potilaan hoitoon hakeutumiselle tai hoidon toteuttamiselle, ohjataan hänet sosiaalipalveluiden piiriin
- Tiedonkulku ja hoitosuunnitelma
 - eri sektoreiden välisessä tiedonkulussa hyödynnetään potilaan hoitosuunnitelmaa, johon kirjataan yksilölliset ennaltaehkäisevät toimet, jotta potilaan kokonaisterveys ml. suu-terveys tulevat huomioiduksi potilasta eri puolilla hoidettaessa.
- Varmistetaan, että henkilöt, joilla on lisääntynyt avun tarve, saavat omahoitamiseen tarvitsemansa tuen ja avun
- Varmistetaan tarvittava ohjaus ja tuki muilla keinoin niille potilaille, jotka eivät osaa tai heillä ei ole tarvittavia välineitä digitaalisten palvelujen käyttöön

Yleinen tietolaatikko tiivistelmissä

Tämä on tiivistelmä terveydenhuollon palveluvalikoimaneuvosto Palkon hyväksymästä suosituksesta. Varsinaisen suosituksen ja sen taustamateriaalin löydät Palkon kotisivuilta [valmiiden suositusten sivulta](#).

Kotisivuilta löydät myös tiivistelmän [ruotsin-](#) ja [englanninkieliset](#) versiot.

Palko toimii sosiaali- ja terveysministeriön yhteydessä ja sen tehtävänä on antaa suosituksia terveydenhuollon menetelmien kuulumisesta julkisesti rahoitettuun terveydenhuoltoon. Lisätietoja terveydenhuollon palveluvalikoimasta voit lukea [Palkon kotisivuilta](#)