

Sammen om god munnhelse for barn og unge i Nordland

Tannhelsetjenesten og helsestasjons- og skolehelsetjenesten



1.

Innledning

Samarbeid mellom tannhelsetjenesten og helsestasjons- og skolehelsetjenesten er lovpålagt.

Den offentlige tannhelsetjenesten skal gi et regelmessig og oppsøkende tannhelsetilbud til utvalgte prioriterte grupper, blant annet barn og ungdom 0 – 20 år.

For barn under tre år utfører lege eller helse- sykepleier munnundersøkelser på helsestasjonen.

For at fylkeskommunen skal kunne oppfylle kravet til oppsøkende virksomhet for denne pasientgruppen, må den offentlige tannhelsetjenesten samarbeide med helsestasjonene i kommunene slik at helsesykepleier og annet personell ved helsestasjonen får veiledning og opplæring om munnhelse, og at foresatte får nødvendig informasjon og barna får det tilbudet de har krav på.

Forskrift om helsestasjons- og skolehelsetjenesten

Helsestasjons- og skolehelsetjenesten skal samarbeide med den offentlige tannhelsetjenesten.

Tannhelse er en viktig del av konsultasjonene og helseopplysningen som skjer i helsestasjonstjenesten, både i en ernærings- og omsorgssammenheng og for å avdekke karies eller generell sykdom som kan påvirke munnhelsen.

Helsestasjon har et særlig ansvar for å følge opp barns munnhelse før tre år, og henvise til tannhelsetjenesten ved behov.

Skolehelsetjenesten har munnhelse som tema i skolestartundersøkelsen og helsesamtalen (8. trinn). Skolehelsetjenesten har også ansvar for helsetjenesten i videregående skole, og kan informere om rettigheter til tannhelsetjenester og fange opp utsatte ungdommer.

2.

Ansvarsområder

Tannhelsetjenesten

- gi opplæring og veiledning som er nødvendig for at personell i helsestasjon- og skolehelsetjenesten og helsestasjon for ungdom ivaretar sine munnhelsefaglige oppgaver i tråd med nasjonale faglige retningslinjer
- følge opp alle henvisninger fra helsestasjon, skolehelsetjenesten eller helsestasjon for ungdom ved å sende epikrise
- rapportere til KOSTRA hvor mange 2-åringer som er henvist fra helsestasjons- og skolehelsetjenesten til tannhelsetjenesten

Skolehelsetjenesten

- gi nødvendige opplysninger og informasjon om munnhelse på skolestartundersøkelsen og i helsesamtalen på 8. trinn
- henvise barn eller ungdom til tannklinikk når det er behov
- foreta munnundersøkelse ved skolestartundersøkelsen

Helsestasjon

- gi råd om tannvennlig kosthold, fremme gode munnhelsevaner og vise foreldre hvordan de skal pusse sine barns tenner med fluortannkrem
- foreta undersøkelse av munn og tenner og tannstatus fire ganger før barnet er tre år (ved 6 uker, 6 mnd., 1 år og 2 år)
- henvise barn til tannklinikk når det er behov

3.

Samarbeidsavtale

Skriftlig samarbeidsavtale skal foreligge mellom tannhelsehelsetjenesten og helsestasjons- og skolehelsetjenesten, og skal signeres av begge parter.

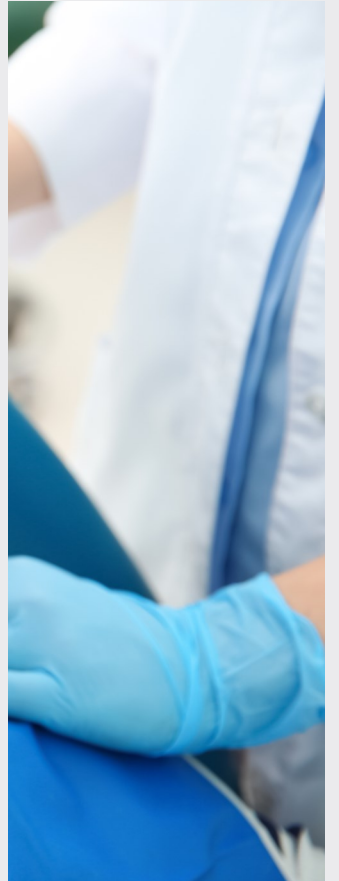
Avtalen skal sikre

- at helsestasjon ved helsesykepleier eller helsestasjonslege følger opp munnhelsen hos barn 0-5 år og etablerer gode munnhelsevaner fra tidlig alder
- gjennomfører munnundersøkelser på barn 0-3 år på en forsvarlig og trygg måte
- at skolehelsetjenesten bidrar med oppfølging av barn og unges munnhelse
- gode henvisningsrutiner
- at tannlege/tannpleier gir opplæring og veiledning som er nødvendig for at personell i helsestasjon- og skolehelsetjenesten og helsestasjon for ungdom ivaretar sine munnhelsefaglige oppgaver jamfør nasjonale faglige retningslinjer

- at tannlege/tannpleier følger opp alle henvisninger ved å sende epikrise

Hovedinnhold i avtalen

- formål med avtalen
- partenes ansvar og forpliktelser
- rutiner for hvordan helsestasjon og skolehelsetjenesten skal følge opp barnas munnhelse og motivere til gode munnhelsevaner
- rutiner for samarbeid om munnundersøkelser på helsestasjon 0-5 år
- rutiner for å henvise barn og ungdommer til den offentlige tannhelsetjenesten
- plan for gjensidig opplæring, veiledning og faglig støtte, herunder kriterier for henvisning
- beskrivelse av hvilke kvalitetsdata som skal føres og evalueres



4.

Munnundersøkelse i helsestasjonsprogrammet

Munnundersøkelsen skal foretas av helsesykepleier eller lege ved bestemte aldre.

6 uker

Undersøk munnhulen for sopp (trøske) og misdannelser.

I forbindelse med ammeproblemer bør også tunge- og leppebånd og ganen undersøkes og det bør vurderes behov for oppfølging hos fastlege.

6 måneder

I denne alderen kommer gjerne de første tennene i underkjevens front. Det viktigste formålet med undersøkelsen er å se om barnet har fått tenner og vise foreldre hvordan de kan pusse.

Målet er å etablere en vane med tannpuss to ganger daglig med en knapt synlig mengde fluortannkrem.

1 år

Ved ett års alder har barna oftest fått alle fire fortenner, både oppe og nede. Jekslene er vanligvis ikke kommet. Undersøk ved å løfte barnets overleppe, og se om det er synlig belegg (plakk) på forsiden av overkjevens fortenner. Bruk eventuelt den butte enden av en tannpirker og før den langs tannkjøttskanten for

å se etter belegg. Gjør tilsvarende i underkjeven. Instruer foreldre i tannpuss to ganger daglig med en mengde fluortannkrem som tilsvarer barnets lillefingernegl.

Hvis det er problemer med tannpuss og store mengder plakk er synlig, bør barnet henvises til tannklinikk.

Vurder også henvisning hvis foreldre opplyser om munnproblemer av ulik art.

2 år

Ved to års alder er vanligvis hjørnetenner og de første jekslene kommet. Innled undersøkelsen med å løfte barnets overleppe og se om det er synlig plakk på forsiden av overkjevens fortenner. Bruk gjerne den butte enden av en tannpirker og før den langs tannkjøttskanten for å se om det er belegg. Se på jeksler og slimhinner.

Henvi til tannklinikken hvis du ser hull eller misfarginger, eller det er problemer med tannpuss og synlig plakk.

Instruer foreldre i tannpuss to ganger daglig med en mengde fluortannkrem som tilsvarer barnets lillefingernegl.



5.

Informasjon om munnhelse i helsestasjonsprogrammet

Helsesykepleier eller lege bør påpeke viktigheten av å etablere gode vaner for tannpuss to ganger daglig fra første tann. Tenner og munnhelse bør også omtales i relasjon til temaer som hygiene, måltidsvaner og ernæring.

5 måneder

- Kostholdsanbefaling i tråd med nasjonale retningslinjer. Fokus på begrenset sukkerinntak, mengde og hyppighet. Vann som tørstedrikk.
- Tannpuss med fluortannkrem morgen og kveld fra frembrudd av første tann. En knapt synlig mengde tannkrem på børsten. Fokus på gode tannhelsevaner fra tidlig alder.

6 måneder

- Kosthold og tannpuss som ved 5 måneder.

8 måneder

- Kostholdsanbefaling i tråd med nasjonale retningslinjer. Fokus på begrenset sukkerinntak, mengde og hyppighet. Vann som tørstedrikk.
- Tannpuss med fluortannkrem morgen og

kveld fra frembrudd av første tann. En knapt synlig mengde tannkrem på børsten.

- Utfordringer med tannpuss på små barn og instruksjon i børsteteknikk.

10 måneder

- Kosthold og tannpuss som ved 8 måneder. Spør om det går greit med tannpuss.

12 måneder

- Kosthold og tannpuss som ved 8 og 10 måneder. Mengde tannkrem tilsvarende barnets lillefingernegl.

15 måneder

- Oppfølging av informasjon ved 8 og 10 måneder.
- Frembrudd av de første melkejekslere er nært forestående. Informer om viktigheten å pusse jekslene. Instruer i børsteteknikk ved behov.

24 måneder

- Oppfølging av informasjon ved 8 og 10 måneder.
- Frembrudd av de bakerste melkejekslere er nært forestående. Informer om viktigheten av å pusse jekslene. Instruer i børsteteknikk ved behov.
- Er det behov for henvisning til tannhelse-tjenesten?

6.

Aktuelle råd for helsestasjon

Rådene er aktuelle for små barn i alderen 0 - 5 år.

Amming

Morsmelk inneholder bakteriedrepende, bakteriehemmende og beskyttende stoffer. Amming kan likevel bidra til karies hvis man ikke er nøye med tannpuss og kosthold, spesielt etter at barnet har blitt ett år. Frem til barnet er ett år trenger du ikke å begrense antall nattamminger av hensyn til tannhelsen. Amming kan faktisk i noen grad beskytte mot kariesutvikling før barnet er ett år. Amming om natten etter ett års alder kan gi økt kariesaktivitet, og bør derfor begrenses. Når barnet har fått tenner er det viktig med daglig tannpuss morgen og kveld med fluorertannkrem.

Smokk- og fingersuging

Små barn har et medfødt sugebehov. Hvis barn avvennes med smokk for tidlig, kan de gå over til å suge på fingeren. Det er ikke ønskelig fordi det kan være vanskeligere å slutte med fingersuging. Helsestasjonen bør vurdere barnets modenhet og foreldrenes motivasjon for å støtte barnet i avvenningen. Når barnet er 3-4 år, bør helsestasjonen informere foreldrene om at smokk og fingersuging kan føre til bittfeil. Hvor ofte og lenge smokk eller finger brukes har stor betydning for hvor stor bittfeilen blir. Bruk av smokk og finger bør begrenses til innsoving. Før 5 års alder bør helsestasjonen motivere for å

avslutte alle sugevaner. Det er viktig at slike uvaner stoppes før permanente fortenner bryter frem, da det kan føre til betydelig tannstillingsfeil (åpent bitt og kryssbitt).

Mengde fluortannkrem

Barn og unge bør pusse tennene med fluortannkrem to ganger daglig fra første tann. Tannpussen utføres av foreldre frem til 10-12-årsalder. Øk mengden fluortannkrem gradvis.

- Fra første tann: begynn med en knapt synlig mengde (0,1 ml)
- Fra 1-årsalder: øke til en mengde tilsvarende barnets lillefingernegl
- Fra 3-årsalder: øke til en ertstor mengde (0,25 ml)
- Fra 5-årsalder: øke mengden ytterligere

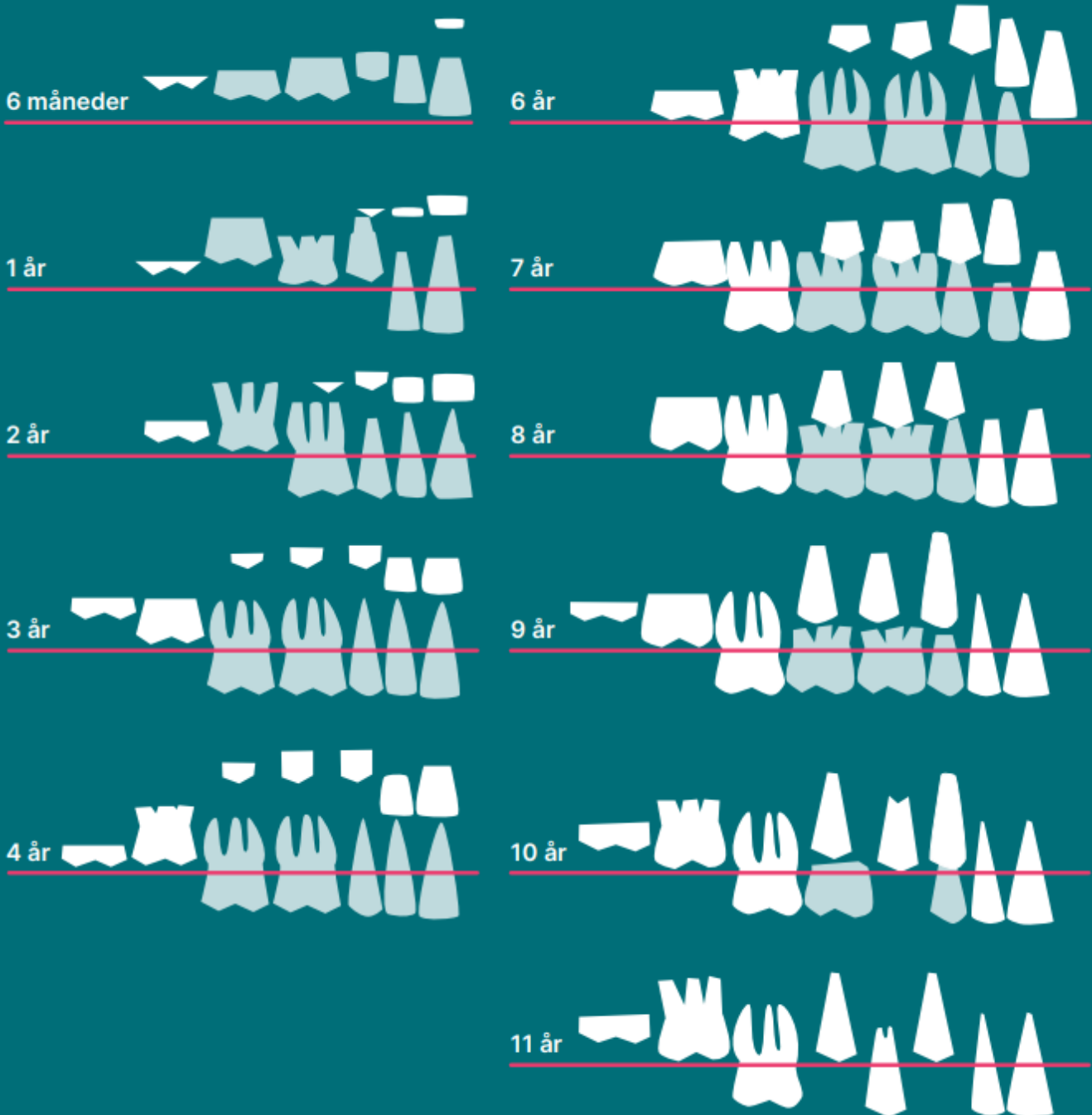
Tannkremen bør inneholde 0,1 % fluorid (1000ppm) for de yngste barna (under 5-6 år). Eldre barn kan bruke tannkrem med 0,15 % fluorid (1500ppm).

Valg av tannbørste

Det er anbefalt myk eller ekstra myk børste. Børstestørrelse etter barnets alder/munnstørrelse, gjerne mindre enn angitt på pakningen. Elektrisk børste kan være et alternativ for enkelte, men er ikke anbefalt for barn under tre år.

Tanndannelse og tannfrembrudd i overkjeven

Melketenner Blivende tenner



Tabellen er basert på Norsk Tannverns tabell fra 2005 av 1. amanuensis Sigrid I. Kvaal. Revidert av TkMidt 2020. Tidsangivelsene er gjennomsnittlige – variasjoner kan forekomme



Kompetansesenteret
Tannhelse Midt

Barnets munnhelse er først og fremst foresattes ansvar. Tannhelsetjenesten og helsestasjons- og skolehelsetjenesten skal gi foresatte nødvendig informasjon og veiledning for å ivareta dette ansvaret.

Opplæring og veiledning

Tannhelsetjenesten skal sikre at personellet i helsestasjons- og skolehelsetjenesten har tilstrekkelig kunnskap til å:

- vise foreldre hvordan de skal pusse sine barns tenner med fluortannkrem

- gi råd om tannvennlig kosthold og gode munnhelsevaner
- vite hva de skal være oppmerksom på/se etter – og når de skal henvise barn til tannhelsetjenesten
- gjennomføre munnundersøkelser på barn i henhold til helsestasjonsprogrammet
- gi nødvendige opplysninger og informasjon om munnhelse i helsestasjonsprogrammet, på skolestartundersøkelsen og i helsesamtalen på 8. trinn





7.

Digital bok for småbarn



Forberedelse til det første besøket på tannklinikken kan være avgjørende, spesielt hvis barnet er engstelig.

Max og Bronto på tannklinikken handler om det første besøket på tannklinikken og egner seg til høytlesing for små barn.

Boken kan lastes ned [her](#) eller ved å skanne QR-koden med ditt mobilkamera:



8.

Munnhelse i skolehelsetjenesten

Helseundersøkelse og helsesamtalen på 1. og 8. trinn skal bidra til en dialog med barnet/ungdommen og foreldre om trivsel og om vaner og valg som påvirker helsen. I samtalen bør helsepersonell oppmuntre til og gi råd som underbygger gunstige vaner. Munnhelse er tema i helsesamtalen både på 1. og 8. trinn. Eventuelle utfordringer bør utforskes, og barnet/ungdommen og foreldrene bør få individuelt tilpasset veiledning og råd.

1. trinn

Følgende tema vektlegges i helsesamtalen

- Tannpuss med fluortannkrem bør gjennomføres to ganger daglig
- Unngå skylling etter tannpuss
- Barn fra 3 til 7 år bør bruke voksentannkrem som har minst 0,1 % fluorid
- Foreldre bør hjelpe barna med tannpussen eller overvåke tannpussen til barnet har motoriske ferdigheter til å klare dette selv – anslagsvis fram til barnet er omtrent

10 år gammelt

- Når 6-årsjekslene kommer er det viktig med god tannpuss på jekslenes tyggeflater
- Tannvennlig kosthold

Somatisk undersøkelse

Somatisk undersøkelse inkluderer munnundersøkelse. Undersøkelsen kan gjennomføres enkelt uten hjelp av instrumenter, men godt lys er viktig. Undersøkelsen bør inkludere sjekk av følgende:

- Om barnet har vært til tannlege/tannpleier
- Tannpuss og eventuelt synlige karies. Er det synlig plakk på fortenner bør foreldre gjøres oppmerksom på dette.
- Unormalt tannfrembrudd
- Sår og skader i slimhinner eller på tenner eller annet, inkludert eventuelle tegn som kan gi mistanke om alvorlig omsorgssvikt

Henvis barnet/ungdommen til den offentlige tannhelsetjenesten ved mangelfull munnhygiene, karies eller generell sykdom som kan påvirke tann- og munnhelsen, eller dersom det avdekkes at barnet ikke har møtt til timeavtale på tannklinikk.

Mye karies, mangelfull munnhygiene samt skader i munnhulen bør gi mistanke om uheldig kosthold og/eller mangelfull omsorg/overgrep.

8. trinn

Følgende tema vektlegges i helsesamtalen

- Tannpuss med fluortannkrem to ganger daglig (fluorid 0,15 %)
- Unngå skylling etter tannpuss
- Tannvennlig kosthold
- Helsepersonell bør spørre om ungdommen opplever problemer med tenner eller munn, og om han/hun har vært på tannklinikken
- Henvis ungdommen til tannhelsetjenesten ved behov
- I tenårene øker risikoen for å utvikle karies, og en del møter ikke på tannklinikken. Skolehelsetjenesten kan bidra til at utsatte ungdommer fanges opp og får hjelp med munnhelseproblemer.



9.

Aktuelle råd for skolehelsetjenesten

Rådene er aktuelle for barn i skolealder.

Mengde fluortannkrem

Barn og unge bør pusse tennene med fluortannkrem to ganger daglig fra første tann. Tannpussen utføres av foreldre frem til 10-12-årsalder. Barn over seks år kan bruke tannkrem med 0,15 % fluorid (1500ppm).

Valg av tannbørste

Det er anbefalt myk eller ekstra myk børste. Børstestørrelse etter barnets alder/ munnstørrelse, gjerne mindre enn angitt på pakningen. Elektrisk børste kan være et alternativ for enkelte, men er ikke anbefalt for barn under tre år.

Bruk av tanntråd

Barn og unge kan bruke tanntråd daglig i tillegg til tannpuss med fluortannkrem:

- Som forebyggende tiltak ved økt risiko for å utvikle karies
- Som en del av behandling av karies mellom tennene
- Når tannpuss alene ikke er nok til å fjerne tannkjøttbetennelse mellom tennene
- Som en del av et helhetlig renholdsregime

Effekten av tanntråd er avhengig av god instruksjon, pasientens motivasjon og grad av utviklet finmotorikk.

Ungdom

Snus og røyk

Ungdom som snuser eller røyker bør få tilbud om hjelp til å slutte. Minimal intervensjon er tre enkle spørsmål som kan gjennomføres av alt helsepersonell:

- 1) Røyker eller snuser du? Hvis nei: Berøm tobakksfrihet.

- 2) Hvis ja: Hva tenker du om det?
- 3) Jeg vil anbefale deg å slutte og jeg kan hjelpe deg.

Dersom ungdom har ønske om hjelp til å slutte er det aktuelt å henvise til, eller anbefale ungdommen å ta kontakt med fastlege.

Ungdom kan også finne informasjon om hjelp til å slutte på Slutta-appen eller kommunal frisklivssentral.

10.

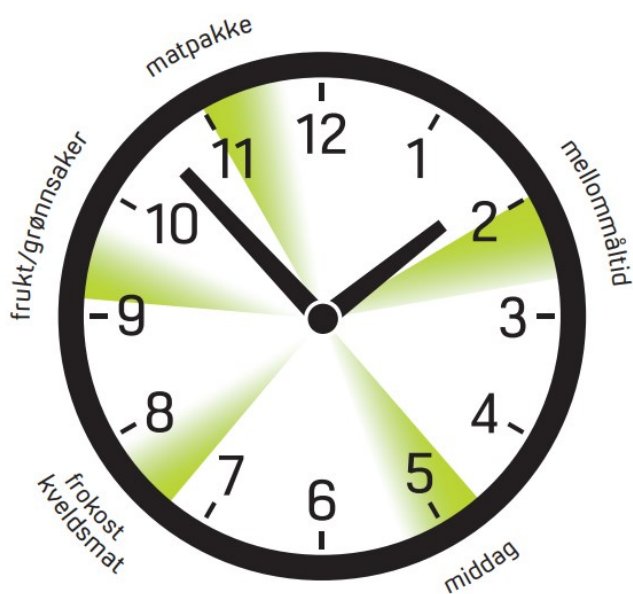
Tannvennlig kosthold



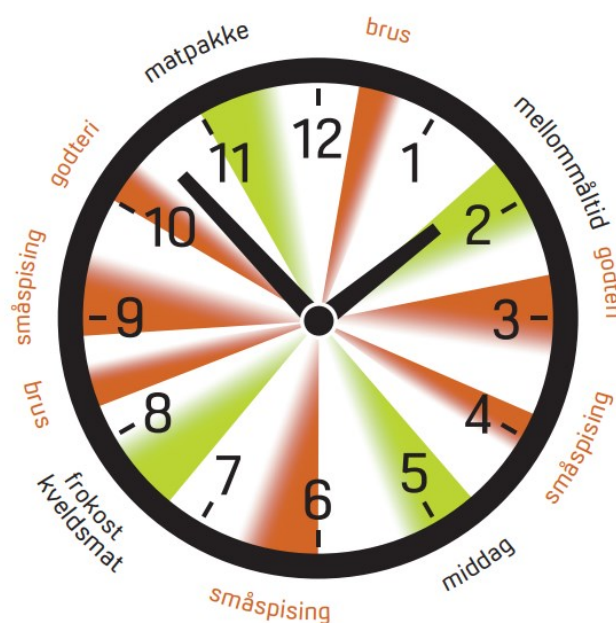
Lær deg sukkerklokka

© Norsk tannvern

Tennene trenger pause mellom måltidene.
Få, men næringsrike måltider er best.



Ofte surt og søtt er verst. Sukker gir hull og fruktsyre tærer på tennene.



Sukkerklokkene viser syreangrep på tennene ved ulike kostvaner. Oransje betyr fare.

Disse rådene bidrar til å fremme munnhelsen og er anbefalt for alle

- Spis et sunt og variert kosthold anbefalt av helsemyndighetene
- Begrens inntaket av mat og drikke tilsatt sukker
- Unngå mellommåltider med mat tilsatt sukker, fordi det øker kariesrisiko
- Unngå hyppig inntak av sukkerholdig drikke, fordi det øker kariesrisiko
- Begrens mengde og hyppig inntak av godteri og brus
- Drikk vann som tørstedrikk og mellom måltider
- Unngå hyppig inntak av syreholdig mat og drikke (brus, juice, energidrikk), fordi det øker risiko for syreskader

11.

Henvisningskriterier

Barn og unge som har behov for konsultasjon hos tannpleier eller tannlege, bør henvises til tannhelsetjenesten. Helsestasjons- og skolehelsetjenesten bør ha lav terskel for å henvise barn og unge til tannklinikken.

Henvisningskriterier

- Smerter fra tenner eller tannkjøtt
- Uheldige tannpussvaner, der helsesykepleier ikke lykkes med å endre vanene
- Hyppig inntak av sukkerholdig drikke, der helsesykepleier ikke lykkes med å endre vanene
- Synlig belegg, misfarginger eller karies
- Kroniske sykdommer som kan påvirke fremtidig munnhelse
- Bruk av medisiner som er sukkerholdige eller som kan føre til munntørrehet

Helsesykepleier bør i tillegg være oppmerksom på og vurdere henvisning av:

- Barn av foreldre med alvorlig somatisk sykdom, rusmiddelavhengighet eller psykisk sykdom
- Barn i kjente risikofamilier eller andre barn som kan ha økt risiko for tannsykdom, for eksempel barn og unge:
 - Med innvandrerbakgrunn
 - Ved asylmottak og omsorgssentre for mindreårige flyktninger
 - Med langvarige helseutfordringer eller habiliteringsbehov
 - Ved sykehus, andre institusjoner eller kommunal omsorg
 - Som er under barnevernets omsorg
 - Som har vært til tannbehandling under generell anestesi
 - Som har søsken med kariesrisiko

HENVISNINGSSKJEMA TIL TANNKLINIKK

Henvisende instans (sett kryss og skriv hvilken helsestasjon/skole det henvises fra)

- Helsestasjon/familiesenter:
- Skolehelsetjenesten:

Informasjon om pasienten

Barnets navn	
Fødselsnummer (11 siffer)	
Navn foresatt 1	
Navn foresatt 2	
Adresse	
Telefon	
Behov for tolk? Hvilket språk?	

Arsak(er) til henvisning (sett kryss)

- Smerter i tenner og/eller tannkjøtt
- Problemer med tannpuss
- Synlig belegg, misfarginger eller karies
- Hyppig inntak av sukkerholdig mat og drikke (spesielt om natten)
- Kronisk sykdom som kan påvirke fremtidig munnhelse
- Bruk av medisiner som er sukkerholdige eller fører til munntørretthet
- Annet

Utfyllende informasjon

Navn og underskrift helsesykepleier/lege	
Dato	

Nordland fylkeskommune

Tannhelsetjenesten

Postboks 1485

8048 Bodø

Telefon +47 75 65 00 00