

# Tandkødsbetændelse og parodontitis



Hvad er tandkødsbetændelse  
og parodontitis?

Hvordan opstår sygdom-  
mene?

Og hvordan behandles de?

# Tandkødsbetændelse og parodontitis

## Hvad er sundt tandkød?

Sundt tandkød er tandkød, der ligger helt stramt omkring tanden. Det er lyserødt og svagt nubret i overfladen, og det bløder ikke efter grundig tandbørstning - heller ikke efter brug af tandstikkere.

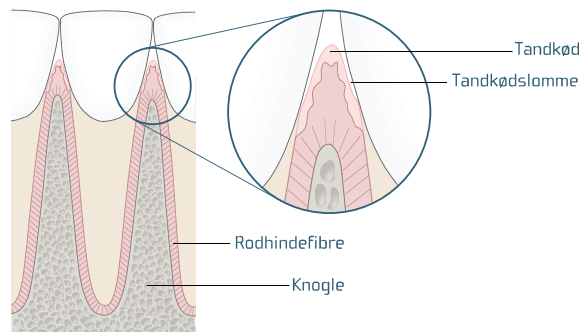


Sundt tandkød.

## Sådan sidder en tand fast:

En tand sidder fast i kæbebenet ved hjælp af små rodhinde fibre, og uden på kæbeknoglen ligger tandkødet. Det er kun selve kronen på en tand, der er synlig, mens tandens rod er gemt under tandkødet og derfor ikke kan ses.

De små fibre, der hæfter tanden fast i kæben, sidder hele vejen op langs tandroden og slutter normalt først ved tandens krone. Ved tandkronen bukker tandkødet omkring og danner en naturlig lomme, der under sunde forhold er højst 2-3 mm dyb.



Normalt tandkød.

## Hvordan bevares sundt tandkød?

For at undgå tandkødsbetændelse og parodontitis er det meget vigtigt, at tænderne holdes rene. Først og fremmest skal du børste tænder to gange om dagen (morgen og aften) med en almindelig eller elektrisk tandbørste. Undersøgelser viser, at en elektrisk tandbørste er mere effektiv end en almindelig tandbørste.

Helt unge kan som regel fjerne hovedparten af belæggingerne med tandbørsten, men med alderen er flere og flere nødt til at supplere med tandstikkere, Soft-Picks, solobørste eller interdentalbørste for også at holde rent mellem tænderne.

Din tandlæge kan vejlede dig i, hvilke hjælpemidler der er bedst egnede til lige netop dit tandsæt, samt hvordan du skal gøre.

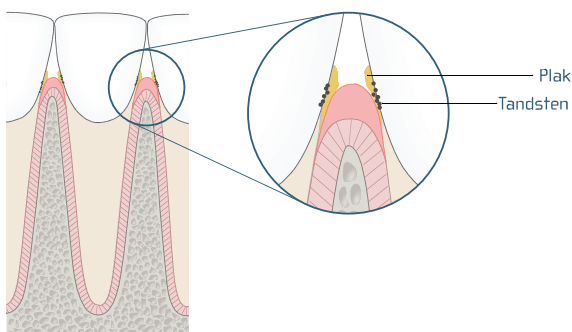
Udover din egen indsats med mundhygiejnen skal tænder og tandkød jævnligt undersøges hos tandlægen. Her får du typisk også foretaget en tandrensning.

Tobaksrygning kan medvirke til udvikling af tandkødsbetændelse og parodontitis, så hvis du ryger, anbefales du at holde op.

## Hvad er tandkødsbetændelse?

Tandkødsbetændelse er en kronisk betændelse i tandkødet omkring tænderne og kan opstå i alle aldre. Når tandkødet er betændt, bliver det hævet og rødt og kan desuden være ømt. Det har også større tendens til at bløde, fx i forbindelse med tandbørstning og brug af tandstikkere.

Ved tandkødsbetændelse har rodhinde fibre og knogle ikke taget varig skade. Så hvis sygdommen behandles, kan tandkødet igen blive sundt.



*Tandkødsbetændelse på grund af plak og tandsten.*

## Hvordan opstår tandkødsbetændelse?

Når tænder ikke bliver børstet rene, samler der sig bakterier på tænderne langs tandkøds-kanten. Disse belægnings kaldes plak. Hvis plakken ikke fjernes, forkalker den og bliver til tandsten. Tandsten har en meget ujævn overflade og er grobund for mere plak.

Plak og tandsten langs tandkøds-kanten kan virke lokal-irriterende og føre til tandkødsbetændelse.



*Sundt tandkød.*



*Samme patient med tandkødsbetændelse.*

## Hvordan behandles tandkødsbetændelse?

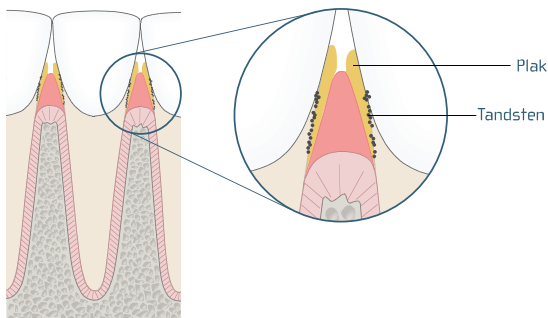
Hvis plak og tandsten på tænderne fjernes, og tænderne efterfølgende holdes rene, forsvinder tandkødsbetændelsen i løbet af få dage, og tandkødet bliver efter sundt. Man kan imidlertid ikke selv fjerne tandsten, derfor skal tænderne renses hos en tandlæge.

Nogle mennesker danner tandsten hurtigere end andre og skal derfor sørge for at få tænderne rensede ofte.

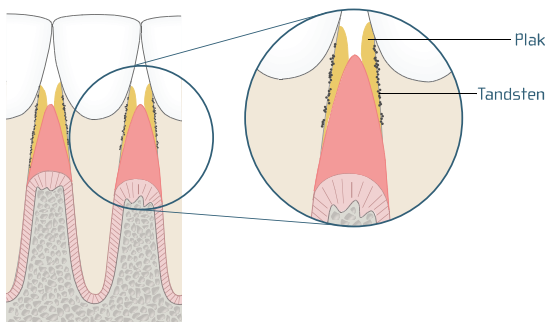
## Hvad er parodontitis?

Parodontitis er tandkødsbetændelse, der har spredt sig til de dybereliggende væv, dvs. ned omkring tandroden. Dette medfører varigt tab af tandens rodhindefibre med efterfølgende nedbrydning af knoglen. Tandkødsloømmen bliver således dybere, og tanden sidder ikke længere lige så godt fast.

Med andre ord kan tandkødsbetændelse, der ikke behandles, udvikle sig til parodontitis. Og jo mere alvorlig parodontitis er, jo dybere bliver tandkødsloømmerne – og jo mere løse bliver tænderne.



*Let parodontitis.*



*Svær parodontitis.*



*Tandkødsloømmens (pochens) dybde måles med en pochemåler.*



*Tandkødsloømmen er i dette tilfælde knap 5 mm dyb. Lommen er for dyb, og patienten skal have rensset tænderne hos tandlægen og bruge tandstikker, Soft-Picks eller interdentalbørster.*

Ved alvorlig parodontitis kan tandkødet trække sig tilbage og gøre tandens rod synlig. Nogle patienter oplever desuden, at tænderne flytter sig, og at de får dårlig ånde.

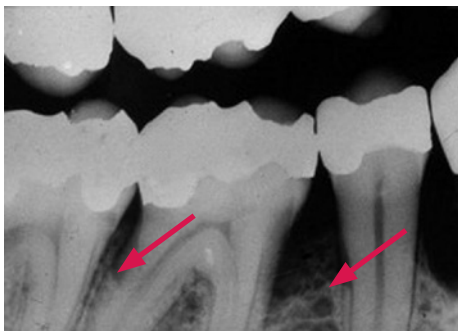
Parodontitis giver som nævnt sjældent gener, før sygdommen er alvorlig.

Det er derfor vigtigt, at du regelmæssigt får kontrolleret tandkødsloømmernes dybde [pochemåling] og får taget røntgenbilleder hos tandlægen.

Røntgenbilleder kan vise, hvor fremskreden sygdommen er.



*Det øverste røntgenbillede viser tænder med normalt fæste, og det nederste viser tænder med fæstetab. Billederne er taget med fem års mellemrum af den samme patient.*



## Hvem rammes af parodontitis?

Tandkødsbetændelse og parodontitis hører til blandt de hyppigst forekommende sygdomme hos mennesker overhovedet. I undersøgelser har man fundet tandkødsbetændelse hos 90 pct. af de 20-årige. Ofte udvikler tandkødsbetændelsen sig ubemærket til parodontitis.

Jo tidligere i livet parodontitis udvikler sig, jo mere alvorlig er den, og desto mindre modstandskraft har man mod sygdommen. Parodontitis opstår oftest hos personer i 30-40-års alderen. Efter 40-års alderen er parodontitis den hyppigste årsag til tandtab.

Du har særlig risiko for at udvikle parodontitis, hvis du:

- Ryger
- Er arveligt disponeret
- Har dårlig mundhygiejne
- Har diabetes eller andre systemiske sygdomme
- Har nedsat immunforsvar
- Lider af stress

## Hvordan behandles parodontitis?

Formålet med behandling af parodontitis er at standse sygdommen, så tænderne ikke mister mere fæste.

Når du får foretaget parodontitisbehandling hos tandlægen, fjernes tandsten og bakterier i tandkødslommen, og rodoverfladerne afglattes. Hvis tandkødet er ømt, kan det være nødvendigt at lokalbedøve. Desuden instruerer tandlægen dig i, hvordan tænderne skal holdes rene, så sygdommen ikke udvikler sig yderligere.

Hvis tandkødslommerne er meget dybe, kan det for at stoppe sygdommens yderligere udvikling være nødvendigt at foretage en tandkødsoperation – også kaldet en parodontitisoperation. En tandkødsoperation foretages altid under lokalbedøvelse. Indgrebet er normalt ret beskedent og uden større ubehag bagefter.

Efter en parodontitisbehandling er det vigtigt hurtigst muligt at komme i gang med tandbørsten igen, så tandsættet holdes helt rent.

Din tandlæge kan som tidligere nævnt vise dig, hvilke hjælpemidler der er bedst at bruge til lige netop dit tandsæt.



Tandsæt efter parodontitisbehandling.

## Supplerende behandlinger

I særlige tilfælde kan det være hensigtsmæssigt at supplere den normale parodontitisbehandling med antibiotikum.

Hvis det kun er enkelte tænder, der er hårdt ramt af parodontitis, kan tandlægen i nogle tilfælde med specielle materialer forsøge at genopbygge det tabte fæste.

## Hvad sker der, hvis man ikke bliver behandlet?

Hvis parodontitis udvikler sig, tabes mere og mere fæste, og tænderne falder ud.

## Kan man få sundt tandkød igen?

Hvis parodontitis behandles, kan tandkødet igen blive sundt, men det fæste, som tanden har mistet på grund af betændelsen, gendannes ikke. Det betyder, at løse tænder i nogle tilfælde kan blive mindre løse, hvis de behandles, og du selv gør en indsats.

For at hindre sygdommen i at udvikle sig, skal du følge disse tre råd:

1. Vær meget omhyggelig med mundhygiejnen og følg de instruktioner til at holde rent, som din tandlæge har givet dig. Det gælder både i forhold til tandbørstning og yderligere hjælpemidler, fx interdentalbørster.
2. Få regelmæssig parodontitisbehandling hos tandlægen
3. Stop med at ryge

Alle tre råd er særdeles vigtige at følge. For hvis du fx ikke selv holder tænderne grundigt rene mellem tandlægebesøgene, er parodontitisbehandling kun et indgreb, der får sygdommen til at udvikle sig langsommere, end den ellers ville have gjort.

Da parodontitis er en kronisk sygdom, vil der desværre altid være risiko for, at sygdommen blusser op igen – især hvis tænderne forsømmes det mindste.

Denne brochure er et supplement til de oplysninger,  
som din tandlæge har givet dig.

Tandlæge:

© Information fra  
Tandlægeforeningen  
Tlf. 70 25 77 11

Denne patientvejledning er  
udarbejdet af Tandlægefor-  
eningen i samarbejde med  
Eva Karring, Tandlægeskolen,  
Aarhus Universitet.

Copyright: Tandlægeforeningen

Oplag: 10.000  
Genoptryk december 2018