

# Parodontit är en folksjukdom

Hallå där ...  
... Jan Derks

**övertandläkare på specialistkliniken för parodontologi i Göteborg och forskare vid Göteborgs universitet.**

## Vad är parodontit?

Parodontit är en inflammationssjukdom runt tänderna som innebär att tänderna långsamt förlorar sitt fäste i käkbenet. Inflammationen orsakas av bakterier som fäster på tänderna och inflammation gör att käkbenet bryts ned. I takt med att tänderna förlorar sitt stöd i käkbenet blir dom rörliga, för att sedan lossna från käkbenet och gå förlorade. I dagligt tal kallas sjukdomen ibland för tandlossning. Parodontit smittar inte och är en kronisk sjukdom, vilket betyder att den inte läker av sig själv utan behöver behandlas.

## Hur vanligt är det och vilka drabbas?

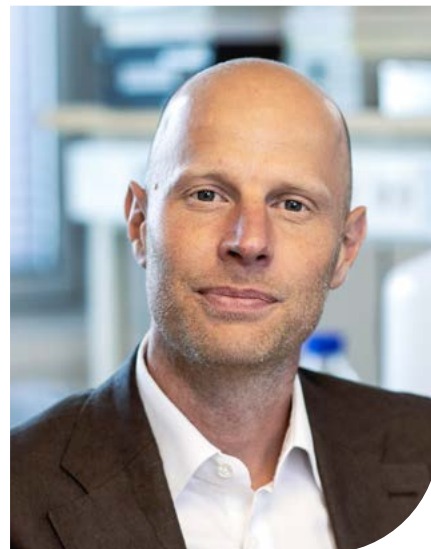
Parodontit är en mycket vanlig sjukdom och ungefär 40–50% av Sveriges vuxna befolkning drabbas i någon utsträckning. Ungefär 10% av Sveriges vuxna har en svår form av parodontit. Detta gör parodontit till en folksjukdom.

Parodontit orsakas av bakterier. Sjukdomens utveckling beror på individens beteende, bland annat munhygienvanorna. Dessutom vet vi idag att sannolikheten att drabbas förklaras till ungefär 50% av arftlig-

het. Om man är genetiskt känslig för parodontit, blir kravet på egenvården större och då har man inte råd att "slarva" med munhygien. Den största riskfaktorn för parodontit är rökning, därför är rökavvänjning en viktig del av behandlingen. Vissa allmänsjukdomar samt övervikt verkar också medföra en ökad risk att drabbas av parodontit. Sen har man sett att det är negativt att inte äta en balanserad kost, vilket både ökar risken att drabbas och försvårar behandlingen.

## Hur ser sjukdomsförloppet ut?

Parodontit är en sjukdom som oftast förlöper mycket långsamt. Sjukdomen debuterar vanligen tidigt och hos många av våra patienter kan vi se de allra första tecknen redan i 20-30årsåldern. Sen kan det ta flera decennier innan man har utvecklat en allvarlig form av parodontit, dvs, ett tillstånd där man har förlorat så mycket käkben att tänderna är nära att gå förlorade. En frisk tand sitter cirka 10 mm djupt i käkbenet och man har beräknat att det tar i genomsnitt 10 år att förlora 1 mm. Det är alltså ett medelvärde och det finns individer där sjukdomsförloppet är långsammare och individer där sjukdomsförloppet är betydligt snabbare. Somliga lever hela livet med parodontit och kommer inte uppleva tandförlust oavsett om de får behandling eller inte. Men faktum är att parodontit är en av de vanligaste orsakerna till att tänder går förlorade, särskilt bland äldre personer.



## Hur vet man om man har parodontit?

Man brukar säga att parodontit är en dold eller "tyst" sjukdom. Även att det är en inflammation så gör det sällan ont och individen kan vara symtomfri fram till att mycket av käkbenet är förlorat. Individen har kanske märkt av att tänderna har flyttat sig eller till och med rörliga, och kanske märkt av en dålig andedräkt. Det vanligaste är dock att sjukdomen upptäcks av en tandhygienist eller tandläkare vid en vanlig rutinundersökning. Vid en sådan undersökning ska behandlaren alltid kontrollera om patienten har parodontit. Det görs genom att man undersöker tandköttet med en speciell sond samt registrerar blödning, som är ett tecken på en pågående inflammation. Denna undersökning tar oftast bara några minuter. Behandlaren tittar också på röntgenbilder för att bedöma käkbenet.

## Varför är det viktigt att behandla parodontit?

Det är viktigt att behandla parodontit av flera anledningar. Dels för att individen inte ska förlora sina tänder, vilket påverkar både tuggfunktionen och utseendet. Nedbrytningen av käkbenet kan göra att tandens rot blir synlig ("blottad tandhals") och tanden ser längre ut, samt att man kan få problem med isningar. Men parodontit kan även påverka allmänhälsan. Man har räknat ut att vid en svår parodontit, så motsvarar den sammanlagda inflammatoriska ytan ungefär en handflatas storlek. Det är en förhållandevis stor inflammatorisk yta. Det pågår forskning kring flera sjukdomar med koppling till parodontit. Vi står fortfarande i början av denna forskning, men det som vi med någorlunda säkerhet kan uttala oss om är sambanden med både hjärt-kärlsjukdomar och diabetes. Utöver detta forskar man kring sambanden mellan parodontit och bland annat reumatoid artrit (ledgångsreumatism) och demenssjukdomar såsom Alzheimers. Man försöker förklara sambandet mellan parodontit och allmänhälsa genom två processer. Den ena är en direkt process – bakterierna som samlas runt tänderna sprids i blodbanan och påverkar sjukdomar runt omkring i kroppen. Den andra är en indirekt process där inflammationen i munnen höjer inflammationsnivån i hela kroppen, vilket till exempel kan leda till högre blodsockernivåer vid diabetes. Utifrån bl. a svenska studier har man visat att parodontit är vanligare hos personer med hjärt-kärlsjukdomar och diabetes. Alla tre sjukdomarna har gemensamma riskfaktorer och påverkar varandra. Parodontit är, i jämförelse med de övriga sjukdomarna, enkelt att kontrollera och ett

flertal studier har numera visat att sådan behandling hos personer med typ 2 diabetes kan medföra förbättrade blodsockervärden.

## Hur går behandlingen till?

Behandling av parodontit handlar huvudsakligen om att minska mängden bakterier. Att varje dag hålla området ovanför tandköttskanten rent är patientens ansvar. Därför lägger vi mycket tid på att hjälpa patienterna till rätt typ av hjälpmedel och att de använder dessa med rätt borstteknik. En tandhygienist eller tandläkare behandlar sedan patienten och tar med hjälp av olika instrument bort bakterierna och tandsten som har samlats sig på tänderna och under tandköttet. Patientens och behandlarens arbete tillsammans gör det möjligt för inflammationen att läka, vilket lyckas i de flesta fall. Om man inte når det önskade behandlingsresultatet så finns det möjlighet att skicka en remiss till oss i specialisttandvården. I vissa fall kan det vara nödvändigt att utföra kirurgiska ingrepp för att kunna avlägsna bakteriella beläggningar

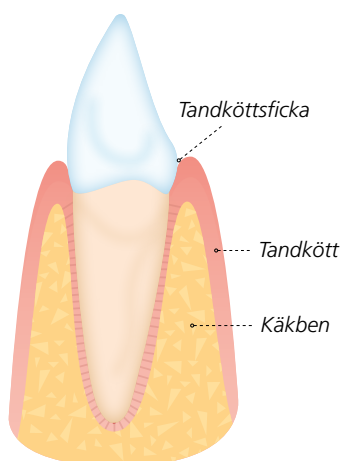
från tändernas rötter.

Efter behandlingen behöver patienten fortsätta med sin egenvård och komma på stödbehandling hos tandhygienist 2-4 ggr/år livet ut för att sjukdomen inte ska komma tillbaka. Utan denna stödbehandling finns det hög risk att sjukdomen återkommer.

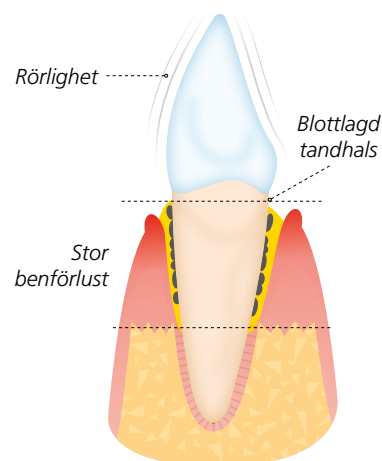
## Att hålla rent i munnen är viktigast!

### Vad kan man göra för att inte drabbas?

Att hålla rent i munnen är viktigast! Jag kan inte ge några generella rekommendationer då sådana borde vara individuellt anpassade efter varje individs situation, behov och förutsättningar. Den bästa metoden för just dig bör tas fram tillsammans med din behandlare. Det gäller att ha rätt tandborste, rätt teknik och rätt metod för att göra rent tänderna. Be din behandlare ge dig feedback!



Friska förhållanden



Tandköttsinflammation med omfattande benförlust. Kan leda till tandförlust. (svår parodontit)

## Vidarebefordra gärna brevet

Som mottagare av nyhetsbrevet får du gärna vidarebefordra det till andra personer som du tror kan ha nytta och glädje av informationen.

## Önskemål

Kontakta oss om du har frågor eller synpunkter kring innehållet eller om du har förslag på ämnen som du vill att vi ska skriva om.

## Kontakt

Isabelle Johansson,  
Centrum för äldretandvård  
E-post:  
isabelle.johansson@vgregion.se