



Suunhoitosuositukset palliatiivisessa hoidossa ja saattohoidossa olevalle potilaalle

Etenevää parantumatonta sairautta sairastavat altistuvat usein tekijöille, jotka voivat johtaa suun ongelmiin. Tällaisia tekijöitä ovat mm. **suun kuivumista aiheuttavat lääkkeet, vähentynyt nesteenotto, vähentynyt liikkuminen, heikkous ja uupumus, sekä omatoimisuuden vähentyminen toimintakyvyn laskun myötä.** Hyvä suunterveys korostuu erityisesti vaikeita yleissairauksia sairastavilla potilailla, joille infektioiden ehkäisy ja hoito on ensiarvoisen tärkeää.

Tyypillisimmät suuoireet:

- suun kuivuus
- limakalvohaavaumat
- kipu ja arkuus
- mukosiitti (haavainen suun limakalvotulehdus)
- sienitulehdukset
- plakki ja ruokajäämät
- makuaistin häiriöt
- vaikeudet syödä, pureskella tai niellä
- puhevaikeudet

Ongelmat usein yhteydessä toisiinsa. Patogeenisille mikrobeille altistavia tekijöitä ovat hammasproteesit, suun kuivuus, puutteellinen suuhygienia sekä antibioottien ja kortikosteroidien käyttö. Suun sieni-infektioilla ja suun kuivuudella on yhteys makuhäiriöihin.

Suun terveydentilan arvio yhdessä potilaan kanssa:

Kysy potilaalta päivittäin hänen **kokemustaan suunterveydestään** ja kirjaa havainnot ja huomiot potilasasiakirjaan, **arvioi myös kipu**. Kiinnitä huomiota riittävään **nesteytykseen** suun kautta. Puheen vaikeutuminen kuvaa usein suun kuivuutta parhaiten.

Ennen suun tutkimusta:

- rasvaa/kostuta huulet ja suupielet
- poista mahdolliset hammasproteesit suusta
- käytä taskulamppua tai muuta lisävaloa

Huomiot suusta ja hampaista:

- Suun kuivuus, esim. limakalvot tarraavat, kieli katteinen ja/tai uurteinen
- Haavaumat tai värimuutokset suun limakalvoilla
- Huonokuntoiset, esim. katkenneet/lohjenneet, terävät hampaat
- Pahan hajuinen hengitys; suun kuivuus, ientulehdus, runsas hammaskivi
- Hampaiden liikkuvuus, märkävuoto ikenestä hammasta painettaessa (pitkälle edennyt kiinnityskudostulehdus eli parodontiitti)

Suunhoidon käytännöt:

- Aluksi huulien ja suupielten rasvaus.
- Kasvojen lihasten kevyt hieronta/sively rentouttaa kasvoja
- Suun avaamista voi helpottaa hoitajan sormeen laitettavalla sormisuojaalla / suun aukipitäjällä tai purublokilla. Kolmitasoharja voi helpottaa harjaamista.
- Harjassa pehmeä, mieluummin pienehkö harjaspää.
- Herkälle suulle sopivat vaahtoamattomat fluorihammastahnat
- Jos harjaus ei onnistu, voidaan hampaat pyyhkiä keittosuolaliuokseen tai veteen kostutetulla sideharsotaitoksella aamuin illoin
- Proteesien pesu proteesiharjalla joko proteesitahnalla, käsitiskiaineella tai pelkällä vedellä, muista huolellinen huuhtelu!
- Limakalvojen puhdistus keittosuolaliuokseen tai veteen kostutetulla vaahtomuovitikulla tai taitoksella
- Tilapäisesti hampaiden puhdistukseen voidaan käyttää alkoholittomia 0,12 % klooriheksidiinitaitoksia tai veteen laimennettuna 4 % natriumbikarbonaattiliuosta
- Hampaiden ja suun puhdistuksen jälkeen, varsinkin kuivasuisten potilaiden, on hyvä huuhdella suu miedolla suuvedellä tai keittosuolaliuoksella ja kostuttaa lopuksi esim. kostutussuihkeella, -geelillä tai ruokaöljyllä.
- Lopuksi huulten rasvaus.

Ksylitolilla makeutetut pastillit ja purukumit käyttöön.

Suun kostutus vähintään neljä kertaa päivässä.

Suun kostutukseen:

- Säännöllinen ja usein toistuva juomien siemailu
- Jäämurska tai jäinen mehu
- Huulien rasvaaminen huulirasvalla
- Sitkeiden karamellien imeskely/pureskelu
- Kostutettu pumpulipuikko, sideharsotaitos tai sieni
- Suuvesi
- Syljen korvaava geeli tai suihke
- Glyseroli
- Öljyt

Suun kivun hoito:

Suun kivun ja infektioiden hoitoon on vakiintunut kaksi ex tempore- lääkemääräyksellä apteekista saatavaa geeliä, nelosgeeli ja kolmosgeeli. Nelosgeelissä on antiseptinen, puuduttava ja sieni-infektioita rauhoittava komponentti samassa valmisteessa, lisäksi kortisoni. Kolmosgeelistä puuttuu tulehdusta rauhoittava kortisoni ja sienilääke eri valmiste kuin nelosgeelissä.

Suun kivun hoitoon esim. ennen ruokailua lidokaiinigeeli (2 %), tai -suihke. Lidokaiinia voi käyttää myös nestemuodossa suuvenä suun puuduttamiseen (saa niellä). Kivunhoitoon morfiinipohjainen suuvesi (ei saa niellä!) Mukosiitissa suun limakalvoja voi suojata sukralfaatti-liuoksella esim. Antepsin® useita kertoja päivässä. Liuosta (5-10 ml) pidetään suussa useita minuutteja, niellään tai syljetään pois.