

TANNHELSE OG DIABETES

Tannpleier Elin Bernhus og
Mai Britt Ulviksbakken
Gol tannklinikk, tannhelsetjenesten

2026



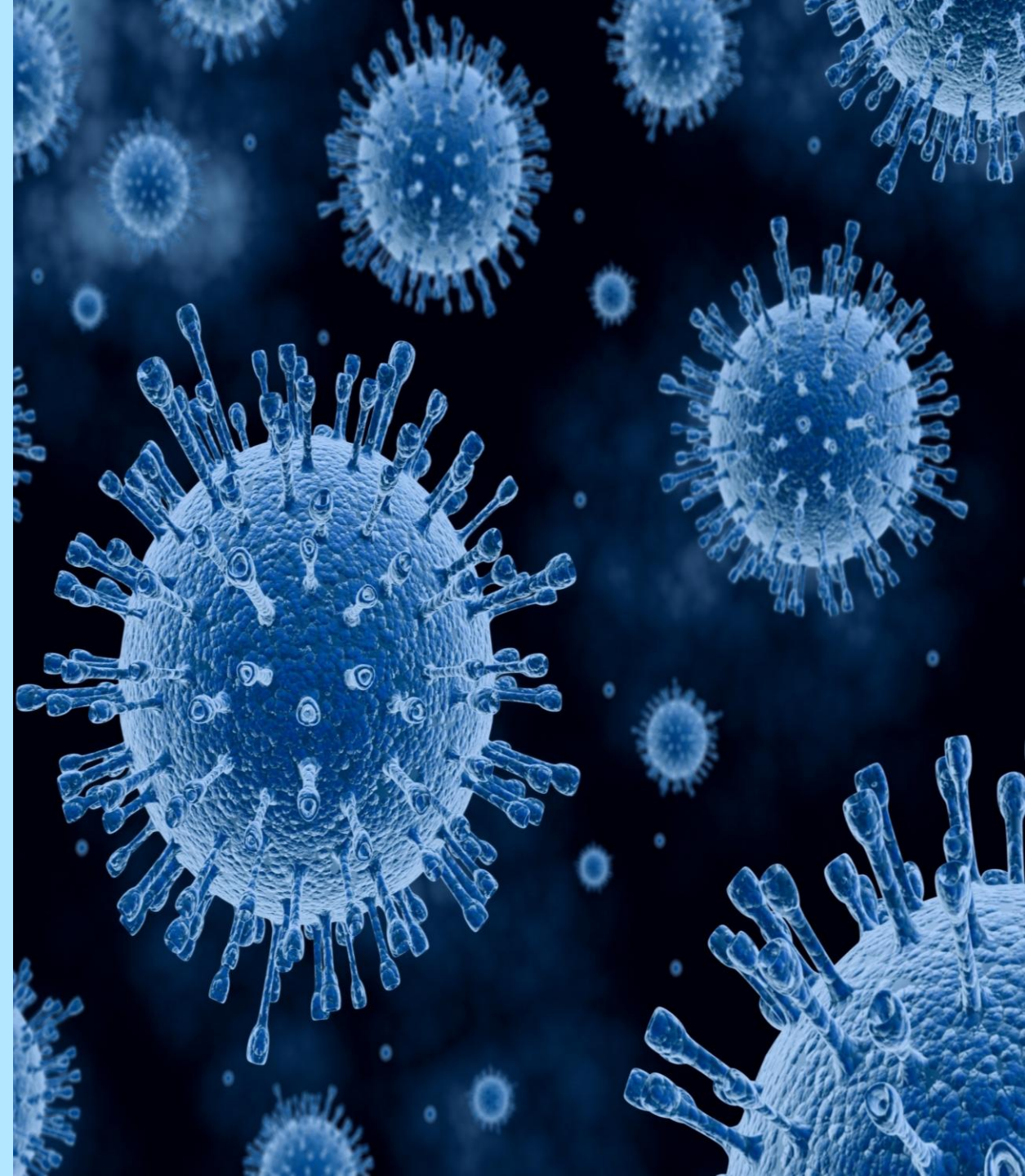
Hvorfor påvirker diabetes munnhulen?

Diabetes kan svekke immunforsvaret, slik at kroppens motstand mot infeksjoner blir svakere.

Bakterier og virus kan lettere formere seg, og blant annet forårsake betennelse i tannkjøttet

Diabetes påvirker hele kroppen, også munnhulen.

<https://www.tannlegeforeningen.no/Pasient.pdf>

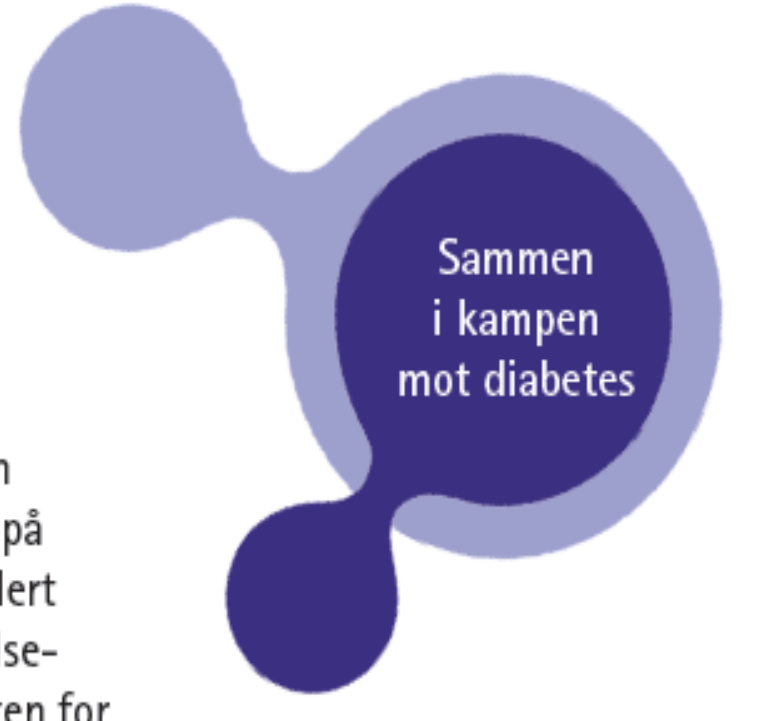


PASIENTER MED DIABETES

- INFORMASJON TIL TANNHELSETEAMET

Tannleger og tannpleiere får ofte pasienter i stolen som ikke er klar over sin diabetes. Som behandlere må vi ta hensyn til de effektene diabetes kan ha på munnhelse og generell helse. Pasienter med ubehandlet eller dårlig kontrollert diabetes kan ha flere mulige tilstander vi må kjenne til. Jo tidligere tannhelsepersonell får gitt pasienten informasjon og veiledning, jo bedre er muligheten for å forebygge mulige følgetilstander i tenner og munnhule. Tannhelsetjenesten bør være en naturlig samarbeidspart i det diabetesforebyggende arbeidet, og være en naturlig del av det tverrfaglige nettverket rundt pasienten.

[Diabetes og munnhelse Pasient.pdf](#)
[\(tannlegeforeningen.no\)](#)



Sammen
i kampen
mot diabetes



Hvorfor påvirker diabetes munnhulen?



Faktorer	Effekt ved diabetes
Blodsukker	Høyt nivå gir mer glukose i spytt
Spyttproduksjon	Redusert, gir munntørrhet
Immunforsvar	Svekket, økt infeksjonsrisiko
Tannkjøtt	Høyere risiko for tannkjøttbetennelse og tannløsningssykdom



Tannhelse og blodsukkerkontroll- en toveis sammenheng



Faktor	Effekt på diabetes	Effekt på tannhelse
Dårlig blodsukkerkontroll	Økt HbA1c, insulinresistens	Økt risiko for infeksjoner og karies
Tannløsnings sykdom, Periodontitt	Forverrer blodsukkerkontroll	Tannløstning, betennelse
God munnhygiene	Bedre blodsukkerkontroll	Redusert risiko for sykdom



Sykdommer i munnhulen og komplikasjoner som kan oppstå ved diabetes

- Hull i tennene



- Munntørhet



Sykdommer og komplikasjoner

- Tannløsningssykdom



- Infeksjoner og sopp



Når bør du kontakte tannklinikken?

- Blødende tannkjøtt over tid
- Sår i munnen som ikke vil gro
- Munntørrhet over tid
- Dårlig smak i munnen
- Løse tenner
- Soppinfeksjon



Forebygging av sykdommer og eventuelle komplikasjoner = skader som kommer av høyt blodsukker over tid



God tannhygiene er viktig for å hindre ustabil diabetes og komplikasjoner

Holde tennene og mellomrommene rene daglig

Regelmessig oppfølging hos tannlege eller tannpleier

Behandle munntørrehet

Vann som tørstedrikk



Munnhygiene

Tannpuss 2 x daglig med
fluortannkrem

Bruk tanntråd eller
mellomromsbørste daglig

Ekstra fluor ved behov;
skyllevann eller tabletter



Hjelpemidler mot munntørrhet:





Munn og tannpleiemidler

Munnskyllevæsker



LISTERINE®



Tannkrem



info fra tannlegetidende.no og diabetes.no

Røykere har mer periodontitt, mer alvorlig periodontalt festetap og mindre vellykket resultat etter periodontal behandling.

Hull i tennene: Høyt blodsukker gir deg høyere sukkerverdier i vevsvæsken i tannkjøttet og spyttet. Sukker gir bakteriene næring til å etse på tannemaljen og gi deg hull i tennene.

Tørr munn øker også risikoen for hull i tennene. Du kan bli tørr i munnen både av høyt blodsukker og medisiner

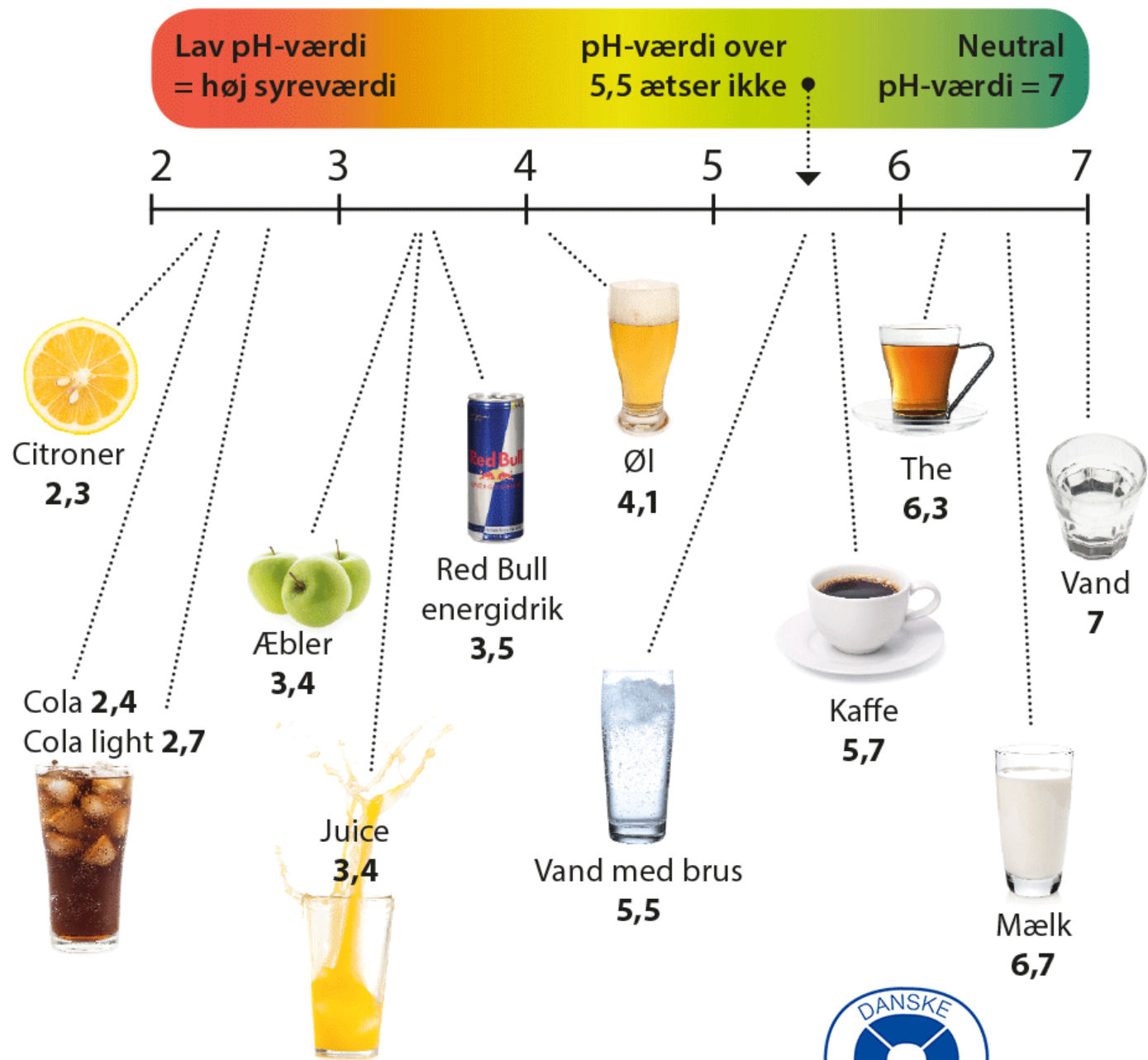


Syreskader på tenner

- Dette har blitt økende problem for tannhelsen vår.
- 40 % av befolkningen over 20 år har syreskader på tenner
- Syreskader er tap av tannemalje forårsaket av syrepåvirkning.

Sukker og kosthold -
Tannlegeforeningen





§ 1. Stønadsberettiget undersøkelse og behandling

Etter folketrygdloven § 5-6 ytes det stønad til dekning av utgifter til undersøkelse og behandling utført av tannlege ved følgende tilstander/tilfeller:

1. Sjelden medisinsk tilstand
2. Leppe-kjeve-ganespalte
3. Svulster i munnhulen, tilgrensende vev eller hoderegionen for øvrig
4. Infeksjonsforebyggende tannbehandling ved særlige medisinske tilstander
5. Sykdommer og anomalier i munn og kjeve
6. Periodontitt
7. Tannutviklingsforstyrrelser

8. Bittanomalier
9. Patologisk tap av tannsubstans ved attrisjon/erosjon
10. Hyposalivasjon
11. Allergiske reaksjoner mot tannrestaureringsmaterialer
12. Tannskade ved godkjent yrkesskade
13. Tannskade ved ulykke, som ikke er yrkesskade
14. Sterkt nedsatt evne til egenomsorg hos personer som har varig sykdom eller varig nedsatt funksjonsevne
15. Helt eller delvis tanntap, uten egne tenner i underkjeven.



HELFO, helseforvaltningen



- Eksempel på refusjon, periodontittbehandling
- Egenandelstaket

Takst	Honorar	Refusjon	Egenandel
501	1210-	648,-	562,-

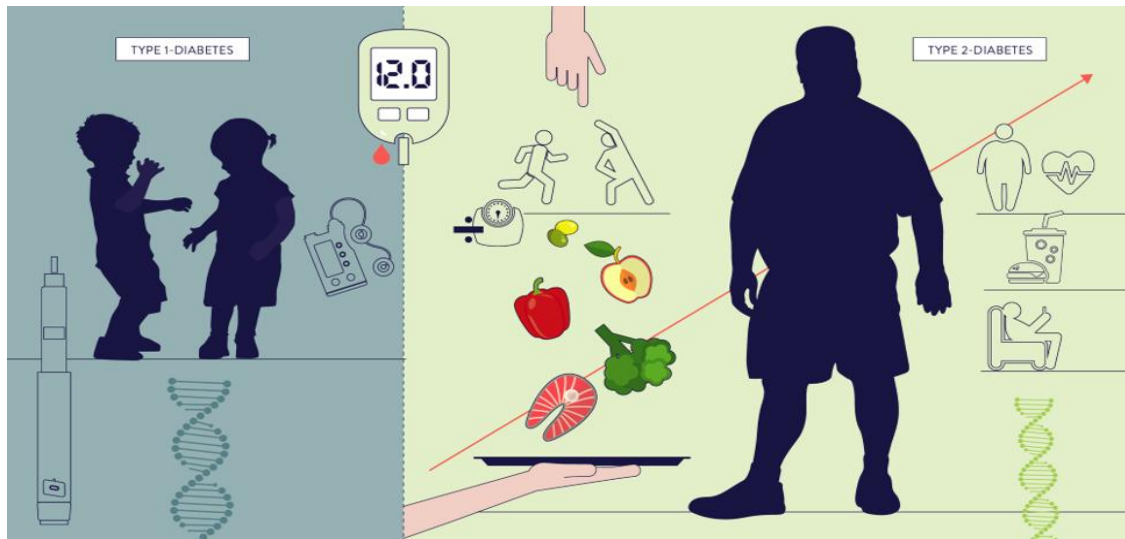


Kort fortalt

God tannhygiene og tannbehandling er viktig for å opprettholde et stabilt blodsukker og forebygge diabeteskomplikasjoner.

En godt regulert person med diabetes som til enhver tid har et stabilt blodsukker ($\text{HbA1c} < 7$) er ikke mer utsatt for komplikasjoner i munnen enn en uten diabetes.

Det er ikke diabetes i seg selv som er en risikofaktor, det er hyperglykemi med følgetilstander.



5 gode råd for god munnhelse

1. Spis sunn mat til faste tider
2. Vann som tørstedrikk
3. Puss tennene morgen og kveld med fluortannkrem
4. Gå til regelmessig tannhelsekontroll
5. Ta ekstra fluor eller munnpleiemidler ved munntørrrhet.

