



HOSPICE  
DJURSLAND

# GODE RÅD VED MUNDTØRHED



## MUNDTØRHED

På Hospice Djursland har vi fra første indlæggelsesdag fokus på mundstatus.

Mundens område er sårbart og modtageligt for forskelligt ubehag, som kan afhjælpes.

Mundtørhed kan give tale- og synkevanskeligheder og kan dermed have betydning for kontakt med andre og for nydelsen af måltider.

### Lindrende midler og metoder

Pjecen giver forslag til midler, der kan lindre den mundtørhed, som patienter med behov for lindrende behandling meget ofte generes af.

Det er individuelt, hvad der hjælper bedst. Det kan anbefales at prøve noget forskelligt og finde frem til nogle "favoritter".

Flere af de foreslåede produkter kan udleveres på hospice, mens andre produkter kan købes i håndkøb.

Drikke eller væde munden hyppigt med f.eks.:

- almindeligt vand
- danskvand
- mild citronte
- kamillete
- salviete
- kærnemælk med citron
- knust is – også gerne før måltider
- frossen tonicvand
- frossen frugt: især ananas, der også renser og stimulerer spytkirtlerne

- Tandbørstning med ikke-skummende tandpasta, gerne både før og efter måltider.
- At gabe og grimmasere kan massere spytkirtlerne og derved stimulere spytkirtlerne.
- Træk vejret gennem næsen, om muligt.

### Andre midler, der kan lindre

- Læber holdes fugtige med læbepomade, vaseline eller Klinion hudcreme.
- Syntetisk spyt, f.eks.:
  - Zendium Saliva Gel på mundslimhinde 3-4 gange dgl,
  - Zendium Saliva Spray 10-20 gange dgl.
- Spraygum
- Hjemmelavet kunstigt spyt:
  - Lige dele glycerol og vand tilsat 2-3 dr. citron- eller pebermynteolie
  - Glycerol "uden noget"
- Spytstimulerende sugetabletter, Xerodent.
- Tyggegummi f.eks. Caroxin
- Sukkerfri bolsjer /sugetabletter gerne med smagsstoffer som citrus, kanel eller mint.
- Lemon-glycerolpinde med metylcellulose og citronsyre.
- Havresuppe - evt. kunstigt sødet - smører, fugter, lindrer.
- Blendede eller legerede retter, retter med fløde.
- Olivenolie, solsikkeolie eller kokosolie

*Det kan også være en mulighed sammen med lægen at overveje medicinjustering, da mundtørhed ofte forekommer som bivirkning ved mange medikamenter.*



Udarbejdet af Mundplejegruppen  
på Hospice Djursland

udgave: Maj 2018

Hospice Djursland • Strandbakken 1 • 8410 Rønne • 7841 3400  
[hospice@hospicedjursland.dk](mailto:hospice@hospicedjursland.dk) • [www.hospicedjursland.dk](http://www.hospicedjursland.dk)