

Bætt tannheilsa leik- og grunnskóla barna



Starfshópur um bætta tannheilsu leik- og grunnskólabarna:

Guðrún Edda Bentsdóttir, verkefnastjóri á
grunnskólaskrifstofu, formaður hóps
Ingibjörg M. Gunnlaugsdóttir, verkefnastjóri
á leikskólaskrifstofu, starfsmaður hóps
Guðbjörg Þórisdóttir, skólastjóri
Halldóra B. Gunnlaugsdóttir, leikskólastjóri
Rannveig J. Bjarnadóttir, leikskólastjóri

Tillögur starfshópsins

- 1. Leik- og grunnskólar borgarinnar leggi áherslu á hollar neysluvenjur ásamt hollri og fjölbreyttri fæðu.** Skólarnir geta stuðlað að bættri tannheilsu barna með því að bjóða upp á næringarríkar máltíðir á matmálistímum og tannvæna bita á milli mála þegar þeirra er þörf, takmarka neyslu sætinda og hvetja börn til að drekka meira vatn.
- 2. Leik- og grunnskólar borgarinnar verði hvattir til að auka fræðslu um tannvernd og tannhirðu.** Kennarar nýti sér efni sem til er, m.a. á vef Lýðheilsustöðvar (www.lydheilsustod.is) og heilsuvefnum www.6h.is. Leik- og grunnskólar borgarinnar verði hvattir til að taka þátt í tannverndarvikunni í byrjun febrúar ár hvert. Fræðsla um tannvernd og tannhirðu komi fram í skólanámskrám leik- og grunnskóla borgarinnar.
- 3. Eft verði samstarf heilsugæslu við leik- og grunnskóla í hverfum borgarinnar um tannvernd sem hluta af heilsuvernd og velferð** og að þessir aðilar finni í sameiningu farveg fyrir upplýsingar og áminningar til foreldra um forvarnarskoðanir 3, 6 og 12 ára barna.
- 4. Starfsfólk í leik- og grunnskólum borgarinnar og skólahjúkrunarfræðingar séu vakandi fyrir börnum í áhættuhópi** vegna slæmrar tannhirðu og vísi málum til samráðs leikskóla við þjónustumiðstöðvar í hverfum eða nemendaverndarráða grunnskóla og þaðan til Barnaverndar, ef þörf krefur, leiki grunur um alvarlega vanrækslu á tannhirðu.
- 5. Heilbrigðisyfirvöld verði hvött til að efla hlutverk og ábyrgðarsvið ábyrgðartannlækna.** Samkvæmt 3. gr. reglugerðar nr. 576/2005, um þátttöku Tryggingastofnunar í kostnaði við almennar tannlækningar, með síðari breytingum, skulu öll börn hafa ábyrgðartannlækni sem annast allar almennar tannlækningar þeirra. Þar segir enn fremur að ábyrgðartannlæknir skuli kalla þau börn inn til reglulegs eftirlits sem skráð eru hjá honum og skrá ástand tanna og munnhols. Hópurinn leggur til að leikskólaráð og menntaráð sendi hvatningu til heilbrigðisyfirvalda um að hlutverk og ábyrgðarsvið ábyrgðartannlækna verði eft í því skyni að yfirsýn náist yfir það hvort börn skili sér í reglubundið eftirlit og að tannviðgerðum sé sinnt.

Efnisyfirlit

Tillögur starfshópsins.....	2
Starfshópur	4
Störf hópsins - söfnun upplýsinga.....	5
Fulltrúi Lýðheilsustöðvar	5
Fulltrúi Tannlæknafélags Íslands.....	6
Fulltrúi Heilsugæslunnar	6
Niðurstöður starfshópsins.....	8
Fylgiskjöl.....	12

Starfshópur

Starfshópur – tilurð

Í maímánuði 2009 voru, í leikskólaráði og menntaráði, samþykktar tillögur frá fulltrúum Samfylkingarinnar um að settur yrði á fót starfshópur sem hefði það hlutverk að skoða og koma með hugmyndir um aðkomu leik- og grunnskóla í átaki að bættu tannheilsu barna og unglunga (Sjá fylgiskjöl 1 og 2). Í samþykktunum var mælt með samstarfi á milli sviðanna og í kjölfarið myndaður starfshópur með fulltrúum frá báðum sviðum. Ákveðið var að Guðrún Edda Bentsdóttir verkefnisstjóri á grunnskólaskrifstofu veitti hópnum formennsku og að Ingibjörg Margrét Gunnlaugsdóttir verkefnisstjóri á leikskólaskrifstofu yrði starfsmaður hópsins. Aðrir fulltrúar í hópnum voru Guðbjörg Þórisdóttir, skólastjóri Breiðagerðisskóla, Halldóra B. Gunnlaugsdóttir, leikskólastjóri í Völvuborg og Rannveig J. Bjarnadóttir, leikskólastjóri í Gullborg.

Starfshópur – hlutverk

Samkvæmt erindisbréfi var helsta hlutverk hópsins að stuðla að bættu tannheilsu leik- og grunnskólabarna.

Verkefni hópsins samkvæmt erindisbréfi voru að:

1. Kanna hvernig markmiðum Lýðheilsustöðvar um tannhirðu getur verið mætt innan skólanna.
2. Kanna leiðir til að starfsfólk grunnskóla geti, í samstarfi við hjúkrunarfræðinga, gert tannhirðu og fræðslu um tannhirðu að ríkari þætti í skólastarfinu.
3. Athuga hvaða kröfur þurfi að uppfylla svo að hægt sé að koma við skipulögðum skimunum innan grunnskólans.
4. Skoða á hvern hátt leikskólar geta í auknum mæli lagt áherslu á samvinnu við foreldra um forvarnir, beina þjálfun barna í tannhirðu og eftirlit með ástandi tanna hjá börnum að svo miklu leyti sem unnt er að koma því við innan leikskólanna.
5. Kanna hvaða ferlar séu virkir innan leik- og grunnskóla leiki grunur á alvarlegum tannskemmdum í börnum og unglungum eða tannhirðu barna er verulega ábótavant og hvernig samstarfi við barnavernd og þjónustumiðstöðvar sé háttað.

Störf hópsins - söfnun upplýsinga

Starfshópurinn fundaði alls átta sinnum á tímabilinu september 2009 – janúar 2010. Á fyrsta fundi hópsins þann 11. september var farið yfir erindisbréf hópsins, samþykktir fagráðanna, hvert hlutverk hópsins væri og lögð drög að skipulagi vinnunnar framundan. Í kjölfarið fékk hópurinn til ráðgjafar við sig fulltrúa frá Lýðheilsustöð, Tannlæknafélagi Íslands og Heilsugæslunni í Reykjavík, hvern fulltrúa á einn fund.

Fulltrúi Lýðheilsustöðvar

Hólmfríður Guðmundsdóttir yfirverkefnisstjóri tannheilsu hjá Lýðheilsustöð kom á annan fund starfshópsins sem haldinn var 25. september. Hólmfríður kynnti leiðbeiningar Lýðheilsustöðvar um tannvernd og margvíslegt efni á heimasíðu stöðvarinnar. Hún ræddi um tannheilsu barna og unglunga og mögulega aðkomu leik- og grunnskóla að forvörnum og tannvernd.

Í máli Hólmfríðar kom fram að breiðfylkingu margvíslegra aðila þyrfti til að vinna að bættri tannheilsu barna á Íslandi og sagði hún að þar skiptu viðhorf hinna fullorðnu meginmáli. Hún benti á mikilvægi þess að tannhirða og tannheilsa væru meðal þeirra þátta sem börn lærðu um í skólum.

Hólmfríður sagði frá tannverndarviku sem haldin er ár hvert, í upphafi febrúarmánaðar og greindi einnig frá samningi Sjúkratrygginga við tannlækna um endurgjaldslausu forvarnarskoðanir 3, 6 og 12 ára barna. Hólmfríður sagði tannlækna skila inn upplýsingum til Sjúkratrygginga um það hvaða börn komi í skoðanirnar en segir eftirfylgd vanta vegna þeirra barna sem ekki komi. Hún segir dæmi um að börn með mikinn vanda fari framhjá heilbrigðiskerfinu og að kostnaður vegna tannlækninga hérlendis geti hindrað aðgengi að þjónustunni. Hún nefndi dæmi um það að í skólum erlendis væri sums staðar gert ráð fyrir burstun tanna og flúorhrensun innan skólanna og sköpuð aðstaða til slíks, t.d. með því að flúorstandur væri aðgengilegur nemendum.

Hólmfríður taldi best að vinna í gegnum það kerfi sem væri fyrir hendi frekar en að byrja t.d. skimanir inni í öllum skólum og telur að mörg lítil atriði gætu unnið saman að því að ná árangri. Hún nefndi þar t.d. að nýta megi tannverndarvikuna, setja fræðslu og/eða áminningar um forvarnarskoðanir markvisst inn í foreldraviðtöl auk þess að kynna og nýta það fræðsluefni sem til er. Hún segir að huga þurfi sérstaklega að börnum með byrjandi skemmdir en að slíkt sé tiltölulega auðvelt að greina.

Hólmfríður sýndi margvíslegt fræðsluefni sem finna má á heimasíðu Lýðheilsustöðvar en vefurinn er nú í endurskoðun með það í huga að gera efni hans enn aðgengilegra. Einnig kynnti Hólmfríður nýja vefsíðu, 6h.is, sem er samstarfsverkefni Lýðheilsustöðvar, Heilsugæslunnar, Landlæknisembættisins, Landspítalans, Barnaspítala Hringisins og Barna- og unglingageðdeildar en þar er tannhirða einn þeirra heilsuþátta sem fjallað er um.

Hólmfríður greindi frá samstarfi sem hún hefur verið í við þrjá leikskóla í Fellahverfi um nokkurt skeið þar sem markvisst hefur verið unnið að tannvernd barna og verið er að innleiða burstun tanna yngstu barnanna að loknum hádegisverði.

Aðspurð sagði Hólmfríður að stefnu Lýðheilsustöðvar varðandi tannvernd barna mætti finna á vef stöðvarinnar í bæklingi um munnhirðu sem þýddur hefur verið á mörg tungumál: <http://www.lydheilsustod.is/fraedsla/fraedsluefni/tannvernd/fyrir-fagfolk/nr/1843> (Sjá fylgiskjal 4).

Fulltrúi Tannlæknafélags Íslands

Ingibjörg S. Benediktsdóttir formaður Tannlæknafélags Íslands kom til ráðgjafar við starfshópinn þann 12. október. Í máli Ingibjargar kom fram að á meðal tannlækna séu skiptar skoðanir um hlutverk þeirra gagnvart þeim hópi sem ekki leitar til þeirra eða nýtir þeirra þjónustu. Hlutverk tannlækna er annars fyrst og fremst að gera við tannskemmdir og að sinna fyrsta stigs forvörnum.

Ingibjörg taldi, líkt og Hólmfríður, ákveðna yfirsýn og eftirfylgd vanta. Hún telur að það vanti að haldið sé utan um upplýsingar um hvaða börn skili sér í forvarnarskoðanirnar og eftirfylgd vegna þeirra barna sem þarfnast tannlækninga en koma ekki. Hún segir tannlækna ekki hafa yfirsýn yfir það hvort barn sem hættir að koma til þeirra skili sér til annars tannlæknis. Í sumum tilfellum sé komið með börn til tannlæknis til að lina þjáningar en að svo komi þau ekki aftur. Hún segir engan fylgjast með því hvort börn fari til tannlæknis líkt og gert sé með aðrar skoðanir. Tannlæknar eru sjálfstætt starfandi og mega ekki hafa samráð um verðskrá. Endurgreiðslur vegna tannlækninga barna eru 75% af viðmiðunargjaldskrá Helbrigðisráðuneytisins eða u.þ.b. 30 – 50 % af gjaldskrá tannlækna, (sjá á slóðinni <http://www.tr.is/foreldrar-og-born/tannlaekningar/>) Ingibjörg segir ekki hægt að skylda foreldra til að koma með börnin á meðan að þeir þurfa að borga fyrir þjónustuna.

Aðspurð segist Ingibjörg ekki sjá skimun inni í skólunum sem raunhæfan kost. Hún segir að hjá eldri börnum þurfi að taka röntgenmyndir til að sjá skemmdir en að greining tannfræðinga yrði án slíkrar myndatöku og að hjúkrunarfræðingar hafi ekki menntun í þessu.

Ingibjörg tekur undir það viðhorf sem kom fram hjá Hólmfríði að best sé að vinna í gegnum það kerfi sem fyrir er til að hvetja foreldra og reyna að koma á einhverju ferli sem fylgir þeim eftir sem ekki sinna tannvernd barna sinna.

Aðspurð segir Ingibjörg að starfsfólk skóla geti með fræðslu greint börn í áhættu. Hún segir hins vegar spurningu á hvers ábyrgð eftirfylgd ætti að vera en oft sé um að ræða börn sem eru félagslega illa stödd. Hún telur að u.þ.b. 15 % barna séu illa stödd hvað varðar tannheilsu og veltir fyrir sér hvort félagsþjónustan gæti komið inn í þar sem efnahagur fólks er sannanlega þröngur.

Ingibjörg telur að ef öll börn hefðu ábyrgðartannlækni myndi það auðvelda yfirsýn og eftirfylgd. Hún segir mikilvægt að fá öll börn til skoðunar innan við þriggja ára aldur því ef þau séu komin inn í kerfið þá skili þau sér frekar einu sinni á ári. Hún bendir jafnframt á það sem hvetjandi leið að foreldrar fengju fulla niðurgreiðslu á viðgerðum innan fjögurra mánaða frá forvarnarskoðunum.

Fulltrúi Heilsugæslunnar

Margrét Héðinsdóttir, sviðstjóri skólasviðs Þróunarstofu Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins og skólahjúkrunarfræðingur, kom á fund hópsins þann 23. október. Margrét gerði grein fyrir aðkomu heilsugæslunnar og skólahjúkrunarfræðinga að tannvernd barna. Hún sagði frá samningi frá árinu 2005 um samstarfsverkefni Heilsugæslunnar og Lýðheilsustöðvar. Afrakstur þess er meðal annars vefsíðan 6h.is þar sem tannheilsan er einn þeirra þátta sem fjallað er um en síðan verður opnuð formlega 27. nóvember 2009 á fræðadögum heilsugæslunnar.

Margrét greindi frá því verklagi grunnskólanna að skólahjúkrunarfræðingar sinni tannvernd barna upp í 6. bekk en eftir það taki tannfræðingar við. Fræðsla um tannvernd fer fram í 1. bekk auk þess sem fréttabréf eru þá send heim (sjá fylgiskjal 7). Þegar börnin eru átta ára er

þeim kennt einstaklingslega að burstu tennurnar sjálf, þau fá gefins tannbursta og litatöflu til að kanna árangur eigin burstunar, 9 ára fá þau fræðslu um viðbrögð við tannslýsum og 12 ára fá þau fræðslu um notkun tannþráðar, glerungseyðingu og tannslýs. Auk fræðslunnar er flúorskólun í 1., 7. og 10. bekk (sjá fylgiskjal 6). Margrét segir að 81% barna fái alla þá fræðslu sem hér er tiltekin í skólum borgarinnar en 19% barna fá hana að hluta til. Flúorskólun fer fram þrjá daga í röð, fjórum sinnum yfir veturinn. Hvert barn er því skolað 12 sinnum. Boðið er upp á flúorskólun í öllum skólum borgarinnar en ekki eru til tölur um fjölda þeirra barna sem ekki fá hana vegna þess að foreldrar hafna flúorskólun.

Margrét sagði hjúkrunarfræðinga ekki hafa aðstöðu eða menntun til að skoða í munnhol og meta tannheilsu og telur að foreldrar myndu líta á slíka skoðun sem heilbrigðisvottorð. Það sé hins vegar þannig að skemmdir sjáist ekki nema þær séu orðnar miklar og tannlækni þurfi til slíkrar skoðunar.

Vegna barna á leikskólaaldri eru foreldrar spurðir í þriggja og hálfis árs skoðun og fimm ára skoðunum hjá heilsugæslunni hvort barnið hafi farið til tannlæknis. Í fyrri skoðuninni hafa u.þ.b. 60% farið til tannlæknis en um 90% í fimm ára skoðuninni. Heilsugæslulæknar hyggjast taka upp skimun í munnhol í ungbarnaeftirliti við 18 mánaða og 2,5 árs aldur en það er meira til að fylgjast með tanntökunni.

Margrét segir að í 1. bekk sé spurt um nafn ábyrgðartannlæknis. Þetta sé ekki síst gert til að hægt sé að bregðast fljótt við ef slyshendir barnið. Hún segir ákveðinn hluta foreldra ekki gefa upp ábyrgðartannlækni barnsins því nokkuð sé um það að fjölskyldur fari á milli tannlækna vegna mismunandi verðskrár og leiti jafnvel tilboða. Hún segir vanta verkferla þegar tennur eru mjög skemmdar, það sé margt gott gert í fræðslunni en að það sé óvíst að hún nái til þess hóps sem helst þyrfti. Margrét segir það ekki algengt að vanrækslu vegna tannheilsu barna sé vísað til Barnaverndar en að slíkt komi þó fyrir.

Hún segir þjónustumiðstöðvar greiða tannvernd barna ef um greiðsluferfiðleika sé að ræða en einnig sé hugsanlegt að *stuðningurinn heim* geti skoðað þennan þátt, þar sem slíkt er fyrir hendi.

Margrét telur mikilvægt að foreldrar fái fræðslu og hvatningu í skólunum vegna tannheilsu barna og leggur áherslu á mikilvægi þess að allir séu með sömu skilaboðin eins og t.d. að börn bursti ekki tennur sjálf fyrr en átta ára. Hún telur æskilegt að tengja fræðslu um tannvernd barna í auknum mæli inn í heimilisfræði og lífsleikni. Margrét bendir á að það sé mjög margt sem þarf að koma á framfæri í fyrsta viðtali við foreldra barns sem er að hefja skólagöngu og því þurfi að skoða það hvað er mikilvægast og hvort foreldrar séu móttækilegir fyrir þessum upplýsingum þar. Það sé þó mjög gott ef grunn- og leikskólar taki upp það verklag að afhenda bæklinga og fræðslufni í foreldraviðtölum.

Margrét bendir á ólíka aðstöðu í leik- og grunnskólum þar sem hjúkrunarfræðingurinn hefur aðstöðu í grunnskólanum og fær börnin til sín í fræðslu og skimanir en leikskólinn er meira í því hlutverki að minna foreldra á.

Margrét bendir einnig á að auka megi samstarf heilsugæslu og leikskóla og segir frá því að í Árbæjarhverfi hringi hjúkrunarfræðingur sem skoðar börnin þriggja og hálfis árs og fimm ára, með leyfi foreldra í leikskólana, til að heyra hvort það sé eitthvað sem veldur áhyggjum. Margrét telur slíkt samstarf mikilvægt og að það veiti foreldrum öryggi, auki vilja til samstarfs og að foreldrar viti að aðilar tala saman. Þetta hefur gefið mjög góða raun í hverfinu.

Niðurstöður starfshópsins

Samkvæmt erindisbréfi var helsta hlutverk hópsins að stuðla að bættri tannheilsu leik- og grunnskólubarna. Verkefni hópsins samkvæmt erindisbréfi voru að:

1. Kanna hvernig markmiðum Lýðheilsustöðvar um tannhirðu getur verið mætt innan skólanna.
2. Kanna leiðir til að starfsfólk grunnskóla geti, í samstarfi við hjúkrunarfræðinga, gert tannhirðu og fræðslu um tannhirðu að ríkari þætti í skólastarfinu.
3. Athuga hvaða kröfur þurfi að uppfylla svo að hægt sé að koma við skipulögðum skimunum innan grunnskólans.
4. Skoða á hvern hátt leikskólar geta í auknum mæli lagt áherslu á samvinnu við foreldra um forvarnir, beina þjálfun barna í tannhirðu og eftirlit með ástandi tanna hjá börnum að svo miklu leyti sem unnt er að koma því við innan leikskólanna.
5. Kanna hvaða ferlar séu virkir innan leik- og grunnskóla leiki grunur á alvarlegum tannskemmdum í börnum og unglingum eða tannhirðu barna er verulega ábótavant og hvernig samstarfi við barnavernd og þjónustumiðstöðvar sé háttað.

1. Kanna hvernig markmiðum Lýðheilsustöðvar um tannhirðu getur verið mætt innan skólanna.

Í markmiðum Lýðheilsustöðvar um tannvernd barna (sjá fylgiskjal 5) er lögð áhersla á ábyrgð foreldra í tannvernd og tannhirðu barna. Er talið mikilvægt að beina fræðslunni til foreldra yngstu barnanna því viðhorfin mótast snemma. Hópurinn var sammála um að taka þarf fræðslu til foreldra fastari tókum en nú er gert og hvetja foreldra til að fara með börn sín í fyrstu heimsókn til tannlæknis þegar þau eru á 3. aldursári. Hlutverk leikskóla, hvað það varðar, getur verið hvatning til foreldra um að fara með börnin í slíkar heimsóknir t.d. með því að spyrja í viðtölum hvort farið hafi verið með barnið til tannlæknis. Leikskólakennarar geta jafnframt afhent foreldrum upplýsingar frá Lýðheilsustöð um tannvernd barna og ókeypis forvarnarskoðanir barna á 4. aldursári auk þess að benda foreldrum á aðgengilegt fræðsluefni.

Lýðheilsustöð leggur megináherslu á að tennur séu hreinsaðar tvisvar á dag með hæfilegu magni af flúortannkremi. Foreldrar bera meginábyrgð á tannhreinsuninni og ekki er mælt með að börnin sjái sjálf um tannhirðu sína fyrr en þau eru 8 - 10 ára og þá undir eftirliti foreldra.

Kennarar í leik- og grunnskólum geta tekið þátt í að móta viðhorf til bættrar tannheilsu með því að efla fræðslu um tannhirðu með viðeigandi fræðsluefni til barna á öllum skólastigum. Þar má m.a. notast við það fræðsluefni sem finna má á vef Lýðheilsustöðvar www.lydheilsustod.is og heilsuvefnum www.6h.is.

Lýðheilsustöð leggur jafnframt áherslu á hollar neysluvenjur ásamt hollri og fjölbreyttri fæðu. Skólarnir geta stuðlað að bættri tannheilsu barna með því að bjóða upp á næringarríkar máltíðir á matmálastímum og tannvæna bita á milli mála þegar þeirra er þörf, takmarka neyslu sætinda og hvetja börn til að drekka vatn sem svaladrykk.

2. Kanna leiðir til að starfsfólk grunnskóla geti, í samstarfi við hjúkrunarfræðinga, gert tannhirðu og fræðslu um tannhirðu að ríkari þætti í skólastarfinu.

Þeir sérfræðingar sem komu á fund starfshópsins voru sammála um að viðhorf fullorðinna til tannhirðu skipti meginmáli og því mikilvægt að foreldrar og kennarar fái leiðbeiningar um hvernig hægt sé að efla tannheilsu barna. Einnig var bent á mikilvægi þess að tannhirða og tannheilsa væru meðal þeirra þátta sem börn lærðu um í skólum.

Í leikskólum sjá leikskólakennarar um fræðslu til barnanna um tannhirðu. Fram kom að skólahjúkrunarfræðingar í grunnskólum sinna fræðslu um tannvernd upp í 6. bekk en eftir það taka tannfræðingar við. Skólahjúkrunarfræðingar eru með fræðslu um tannvernd í 1. og 3. bekk en tannfræðingar sjá um fræðslu í 7. bekk um notkun tannþráðar, glerungseyðingu og tannslýs. Auk fræðslunnar er flúorskólun í 1., 7. og 10. bekk.

Þeir gestir sem komu á fund hópsins mæltu allir með því að kennarar í leik- og grunnskólum gerðu fræðslu um tannhirðu að ríkari þætti í skólastarfinu. Bent var á fræðsluefni á heimasíðu Lýðheilsustöðvar á slóðinni: <http://www.lydheilsustod.is/> en þar er að finna fræðsluefni fyrir kennara í leik- og grunnskólum sem hentar mismunandi aldurshópum. Þeir sérfræðingar sem hópurinn leitaði til mæltu með því að tengja tannhirðu og tannvernd við viðfangsefni um líkamann, lífsleikni eða heimilisfræði. Gera þarf fræðslu um tannhirðu og tannvernd að reglubundnum þætti í skólastarfinu en ekki bara einu sinni á ári eða þaðan af sjaldnar.

Bent var á að til að efla fræðslu og stuðla að jákvæðum viðhorfum um tannhirðu og tannvernd verði leik- og grunnskólar borgarinnar hvattir til að taka þátt í tannverndarvikunni sem er í byrjun febrúar ár hvert og nýta þá viku til að fjalla um tannvernd og tannhirðu. Lagt er til að Leikskólasvið og Menntasvið sendi bréf til skólanna þar sem þeir verði hvattir til að taka þátt í tannverndarvikunni með fræðslu eða e.k. viðburðum. Sviðin geti jafnframt birt krækjur á heimasíðu sinni á fræðsluvefi um tannhirðu og flutt fréttir af áhugaverðum verkefnum sem hafi verið unnin. Þannig verði bent á góðar fyrirmyndir og hvatt til góðra verka.

3. Athuga hvaða kröfur þurfi að uppfylla svo að hægt sé að koma við skipulögðum skimunum innan grunnskólans.

Sérfræðingarnir sem starfshópurinn leitaði til voru sammála um að skimanir innan skólanna væru ekki raunhæfur kostur. Samkeppnislög hamla því að tannlæknar starfi innan grunnskólanna og hvorki skólahjúkrunarfræðingar né tannfræðingar hafa menntun né aðstöðu til að annast reglulegar skimanir á tannheilsu innan skólanna. Sérfræðingarnir voru því sammála um að best væri að vinna í gegnum það kerfi sem þegar væri fyrir hendi, fremur en að hefja skimanir innan skólanna en að auka þyrfti ut anumhald og eftirfylgni með að börn skili sér í eftirlit til tannlækna. Einnig var varað við því að ef til slíkrar ófullkominnar skimunar kæmi í skólunum, gætu foreldrar litið á það sem e.k. "heilbrigðisvottorð um tannheilsu" og þ.a.l. ekki sinnt skyldu sinni um að fara með börnin í reglubundið eftirlit til tannlæknis.

Sú lausn sem helst var mælt með var að öll börn hefðu tiltekinn ábyrgðartannlækni sem hefði yfirsýn yfir tannheilsu þeirra barna sem hann sinnti eftirliti með. Samkvæmt 3. gr. reglugerðar nr. 576/2005, um þátttöku Tryggingastofnunar í kostnaði við almennar tannlækningar með síðari breytingum, skulu öll börn hafa ábyrgðartannlækni sem annast allar almennar tannlækningar þeirra. Ábyrgðartannlæknir skal kalla þau börn inn til reglulegs eftirlits sem skráð eru hjá honum og skrá ástand tanna og munnhols. Foreldrar skrá nú nafn

ábyrgðartannlæknis í heilsufarsskýrslu í upphafi grunnskólagöngu m.a. til að hægt sé að bregðast skjótt við ef barnið lendir í slysi. Þeir sérfræðingar sem hópurinn ræddi við voru sammála um að skerpa þyrfti á hlutverki ábyrgðartannlækna þannig að viðkomandi gæti sinnt betur eftirliti með tannheilsu og ástandi tanna hjá skjólstæðingum sínum. Enn fremur þarf að halda betur utan um upplýsingar um hvaða börn skila sér í forvarnarskoðanirnar og eftirfylgd vegna þeirra barna sem þarfnast tannlækninga en koma ekki.

4. Skoða á hvern hátt leikskólar geta í auknum mæli lagt áherslu á samvinnu við foreldra um forvarnir, beina þjálfun barna í tannhirðu og eftirlit með ástandi tanna hjá börnum að svo miklu leyti sem unnt er að koma því við innan leikskólanna.

Eins og áður hefur komið fram er tannheilsa leikskólubarna fyrst og fremst á ábyrgð foreldra. Sérfræðingarnir sem leitað var til voru sammála um að mikilvægt sé að foreldrar fái fræðslu og hvatningu í skólum vegna tannheilsu barna og að allir sem hlut eiga að máli gefi sömu skilaboð eins og t.d. að börnin bursti ekki tennur sjálf fyrir en þau eru orðin átta til tíu ára.

Starfsfólk leikskóla getur hins vegar minnt foreldra á endurgjaldslausar forvarnarskoðanir fyrir 3 og 6 ára börn í foreldraviðtölum eða með því að koma á framfæri fræðslufni til foreldra frá Lýðheilsustofnun og fleiri aðilum. Sjá á slóðinni:

http://www.lydheilsustod.is/media/tannvernd/tannverndarvika/Forvarnarskodun_dreifirit2009_ALM1.pdf

Sérfræðingar eru sammála um að börn eigi ekki að sjá sjálf um tannburstun sína fyrir en þau eru orðin 8 - 10 ára. Fram að þeim tíma eigi foreldrar eða forráðamenn að sjá um tannburstun þeirra. Í tilraunaverkefni þriggja leikskóla í Breiðholti, sem unnið er í samstarfi við Lýðheilsustöð, eru tennur yngstu barnanna burstaðar einu sinni á dag á leikskólunum. Foreldrar eru jafnframt hvattir til að bursta tennur barnanna heima kvölds og morgna auk þess sem þeir eru minntir á forvarnarskoðanir og bent á fræðslufni. Ekki eru komnar niðurstöður af þessu tilraunaverkefni en hópurinn væntir þess að niðurstöðurnar verði kynntar leikskólafólki og að sú reynsla sem þar skapast geti nýst í öðrum leikskólum.

Þeir leikskólakennarar og aðrir sérfræðingar sem leitað var til, mæltu ekki með beinni þjálfun barna í tannhirðu í leikskólum þar sem börnin eru enn of ung til að sjá um eigin tannhirðu. Frekar var mælt með að starfsmenn leik- og grunnskóla fengju fræðslu um að greina börn í áhættuhópi og að eflt verði samstarf leikskóla við heilsugæslu í hverju hverfi um tannvernd sem hluta af almennri heilsuvernd og velferð barnanna á leikskólunum. Líta má til samstarfs Heilsugæslunnar í Árbæ og leikskólanna í hverfinu sem fyrirmynd að slíku samstarfi. Eftirlit með ástandi tanna barna á leikskólum verði eftir sem áður á höndum tannlækna og foreldrar beri ábyrgð á að fara með börnin í slíkt reglubundið eftirlit.

5. Kanna hvaða ferlar séu virkir innan leik- og grunnskóla leiki grunur á alvarlegum tannskemmdum í börnum og unglíngum eða tannhirðu barna er verulega ábótavant og hvernig samstarfi við barnavernd og þjónustumiðstöðvar sé háttað.

Hjá þeim sérfræðingum sem hópurinn ráðfærði sig við kom fram að alvarlegar tannskemmdir í börnum og unglíngum eða ef tannhirðu barna er verulega ábótavant tengist oft almennri vanrækslu á börnum. Fjölskyldur þessara barna njóta oft en ekki leiðsagnar starfsmanna á

þjónustumiðstöðvum eða Barnaverndar eða eru undir eftirliti þessara aðila vegna gruns um almenna vanrækslu á börnunum. Þessir aðilar hafa því aðstöðu til að hvetja foreldrana til að nýta sér þá þjónustu sem er í boði og geta jafnframt leiðbeint þeim um hvernig sé hægt að fá fjárhagsaðstoð vegna þjónustu tannlækna.

Fulltrúar þjónustumiðstöðvanna í Reykjavík sitja reglulega samráðsfundi með leikskólum í hverfunum og eiga fulltrúa í nemendaverndarráðum grunnskólanna. Kennarar eða aðrir starfsmenn í leik- og grunnskólum og skólahjúkrunarfræðingar geta því vísað málum til þessara aðila leiki grunur á alvarlegum tannskemmdum eða að tannhirðu sé verulega ábótavant.

Fram kom að sinni foreldrar ekki ábendingum frá starfsmönnum leik- og grunnskólanna eða skólahjúkrunarfræðingum um að fara þurfi með börnin í reglulegt tanneftirlit, gilda sömu vinnureglur og um aðra vanrækslu á börnum, þ.e. reglur um tilkynningarskyldu starfsmanna á leik- og grunnskólum til Barnaverndar.

Fylgiskjöl

- Fylgiskjal 1 Samþykkt Leikskólaráðs Reykjavíkur 27. maí 2009
- Fylgiskjal 2 Samþykkt Menntaráðs Reykjavíkur 27. maí 2009
- Fylgiskjal 3 Erindisbréf
- Fylgiskjal 4 Markmið Lýðheilsustöðvar um tannvernd barna
- Fylgiskjal 5 Kynningarbréf um forvarnarskoðanir
- Fylgiskjal 6 Bréf til skólastjórnenda frá Lýðheilsustöð
- Fylgiskjal 7 Bréf til foreldra/forráðamanna 6 ára barna frá Heilsugæslu Höfuðborgarsvæðisins

Samþykkt Leikskólaráðs Reykjavíkur 27. maí 2009

Á fundi sínum þann 27. maí 2009 samþykkti Leikskólaráð eftirfarandi tillögu:

Leikskólaráð samþykkir að fela sviðsstjóra Leikskólasviðs að kalla saman vinnuhóp sem hefur það hlutverk að marka stefnu og koma með hugmyndir að aðkomu leikskóla Reykjavíkur í átaki að bættri tannheilsu leikskólabarna. Áhersla verður lögð á samstarf og samvinnu milli foreldra og leikskóla, forvarnir, beinþjálfun barna í tannhirðu og eftirlit með ástandi tanna hjá börnum að svo miklu leyti sem unnt er að koma því við innan veggja leikskólanna. Sérstaklega verður horft til reynslu þeirra leikskóla sem unnið hafa að verkefnum sem tengjast tannheilsu barna. Sviðsstjóra er einnig falið að kanna með hvaða hætti leikskólar í nágrannalöndum okkar koma að tannvernd leikskólabarna. Leitað verður eftir samstarfi við Lýðheilsustöð, Heilsugæslu Reykjavíkur og Tannlæknafélag Íslands. Athuga þarf sérstaklega hvernig leikskólar Reykjavíkur geta unnið að markmiðum Lýðheilsustöðvar hvað varðar tannhirðu og tannheilsu barna og einnig hvernig leikskólum ber að bregðast við ef tannheilsu barns er verulega ábótavant. Stefna skal að því að hægt verði að leggja niðurstöður og hugmyndir vinnuhópsins fyrir leikskólaráð í ágúst. Í framhaldinu fari verkefnið af stað í leikskólum Reykjavíkur að undangenginni góðri kynningu meðal skólastjórnenda, starfsfólks leikskóla og foreldra (foreldraráð).

Samþykkt Menntaráðs Reykjavíkur 27. maí 2009

Menntaráð samþykki að fela fræðslustjóra að leita eftir samstarfi við Lýðheilsustöð. Tannlæknafélag Íslands og Heilsugæsluna í Reykjavík um bættu tannheilsu grunnskólabarna í Reykjavík. Fræðslustjóri skoði hvernig grunnskólarnir geti lagt sín lóð á vogaskálarnar svo snúa megi við þeirri óheillaþróun sem orðið hefur á Íslandi og skipað hefur íslenskum börnum í eitt af neðstu sætum á lista OECD yfir tannheilsu skólabarna. Átaks er þörf og skoða þarf með opnum hug eftirfarandi þætti:

1. Hvernig markmiðum Lýðheilsustöðvar um tannhirðu getur betur verið mætt innan veggja grunnskólans.
2. Hvernig starfsfólk grunnskóla geti, í samstarfi við skólahjúkrunarfræðinga, gert tannhirðu og fræðslu um tannhirðu að snarari þætti í skólastarfinu.
3. Hvaða kröfur þarf að uppfylla svo hægt sé að koma við skipulögðum skimunum innan grunnskólans.
4. Hvaða ferlar eru virkir innan veggja grunnskólans leiki grunur á alvarlegum tannskemmdum í börnum og unglíngum og hvernig samstarfi við barnavernd og þjónustumiðstöðvar er háttað.
5. Sambærileg tillaga verður lögð fram í leikskólaráði og farsælást yrði að sviðin ynnu þetta í sameiningu.

Erindisbréf

<p>Heiti vinnuhóps: Starfshópur um bættu tannheilsu leik- og grunnskólabarna</p>
<p>Ábyrgðarmaður: Ragnar Þorsteinsson, fræðslustjóri og Ragnhildur E. Bjarnadóttir, sviðsstjóri Leikskólasviðs</p>
<p>Hlutverk: Stuðla að bættu tannheilsu leik- og grunnskólabarna</p>
<p>Helstu verkefni:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kanna hvernig markmiðum Lýðheilsustöðvar um tannhirðu getur verið mætt innan skólanna. 2. Kanna leiðir til að starfsfólk grunnskóla geti, í samstarfi við hjúkrunarfræðinga, gert tannhirðu og fræðslu um tannhirðu að ríkari þætti í skólastarfinu. 3. Athuga hvaða kröfur þurfi að uppfylla svo að hægt sé að koma við skipulögðum skimunum innan grunnskólans. 4. Skoða á hvem hátt leikskólar geta í auknum mæli lagt áherslu á samvinnu við foreldra um forvarnir, beina þjálfun barna í tannhirðu og eftirlit með ástandi tanna hjá börnum að svo miklu leyti sem unnt er að koma því við innan leikskólanna. 5. Kanna hvaða ferlar séu virkir innan leik- og grunnskóla leiki grunur á alvarlegum tannskemmdum í börnum og unglingum eða tannhirðu barna er verulega ábótavant og hvernig samstarfi við barnavernd og þjónustumiðstöðvar sé háttað.
<p>Fulltrúar í vinnuhópi: Guðrún E. Bentsdóttir, verkefnastjóri grunnskólaskrifstofu Menntasviðs Ingibjörg M. Gunnlaugsdóttir, verkefnisstjóri á leikskólaskrifstofu Leikskólasviðs Rannveig J. Bjarnadóttir, leikskólastjóri í Gullborg Halldóra B. Gunnlaugsdóttir, leikskólastjóri í Völvuborg Guðbjörg Þórisdóttir, skólastjóri í Breiðagerðisskóla</p>
<p>Formaður vinnuhóps: Guðrún E. Bentsdóttir</p>
<p>Starfsmenn: Ingibjörg M. Gunnlaugsdóttir</p>
<p>Ráðgjöf / samstarf: Heilsugæslan í Reykjavík, Lýðheilsustöð og Tannlæknafélag Íslands o.fl.</p>
<p>Starfstímabil: 1. sept. - 31. október 2009</p>
<p>Skil: Til menntaráðs og leikskólaráðs.</p>

Markmið Lýðheilsustöðvar um tannvernd barna



Tannvernd barna

Tannvernd þarf að hefjast sem fyrst á lífsleiðinni og ekki síðar en við uppkomu fyrstu tannar. Sem foreldri gegnir þú lykilhlutverki í tannvernd barna þinna. Æskilegt er að fara með barn í fyrstu heimsókn til tannlæknis eigi síðar en milli tveggja og þriggja ára aldurs. Reglulegt eftirlit tannlæknis, góð munnhirða og hollar neysluvenjur stuðla að fallegu og heilbrigðu brosi alla ævi.

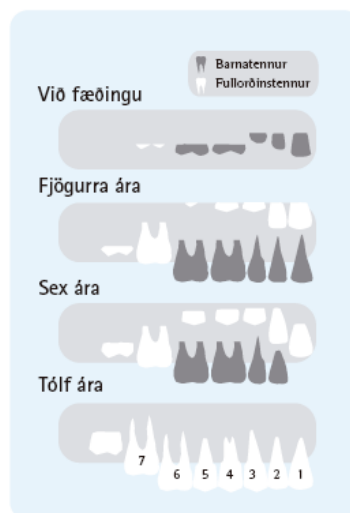


Tanntaka og tannskipti

Tanntaka hefst venjulega við sex til átta mánaða aldur og nýjar tennur bætast smám saman við þar til allar barnatennurnar tuttugu hafa skilað sér við tveggja og hálfis árs aldur. Tanntöku geta fylgt ákveðin einkenni svo sem sársauki og kláði í gómum auk þess sem mikið er slefað á þessu tímabili. Hár, viðvarandi hiti er aldrei af völdum tanntöku.

Barnatennur gegna mikilvægu hlutverki við tyggingu fæðunnar sem aftur örvar bein- og vöðvamyndun. Auk þess er vöxtur neðri hluta andlits að nokkru leyti háður notkun kjálkana. Barnatennur halda rými fyrir væntanlegar fullorðinstennur auk þess sem heilar framtennur eru börnunum nauðsyn til að eðlilegur framburður s, f, v, þ og ð hljóðanna náist.

Tannskipti verða á aldrinum sex til tólf ára. Fyrstu fullorðinstennurnar koma við sex ára aldur þegar sex-ára-jaxlar koma upp aftan við barnajaxlana. Framtennur (1,2), augntennur (3) og framjxlar (4,5) koma upp í stað barnatannanna og við lok þess tímabils bætast tólf-ára-jaxlarnir (7) við, fyrir aftan sex-ára-jaxlana (6).



Eftirlit

Æskilegt er að fara með barn í fyrstu heimsókn til tannlæknis áður en allar tuttugu barnatennurnar eru komnar upp eða á milli tveggja og þriggja ára aldurs. Í fyrstu heimsókninni er umhverfi tannlækningastofunnar kynnt, tennur skoðaðar og taldar auk þess sem foreldrum er leiðbeint um tannhirðu barns, mataræði og flúormotkun. Reglulegt eftirlit tannlæknis einu sinni á ári er mikilvægur þáttur í tannvernd barna.

Tannáverkar

Áverkar á tönnum eru algengir, einkum hjá börnum sem eru að taka sín „fyrstu skref“ út í lífið. Mikið blæðir úr sárum í munnslímhúð en græðslan er einnig hröð og oftast án ummerkja. Algengt er að los komi á tennur, sérstaklega miðframtennur efrí góms, og einnig getur kvarnast upp úr glerungi eða tönn/tennur brotnað. Mikilvægt er að láta tannlækni meta áverka í munnholi og fylgjast með í nokkurn tíma á eftir.

Farið með barnið til tannlæknis eigi síðar en milli tveggja og þriggja ára aldurs

Mataræði

Móðurmjólkin er besta næring sem völ er á fyrir ungbarn og inniheldur öll þau næringarefni sem barnið þarf á að halda til vaxtar og þroska fyrstu sex mánuðina. Mælt er með því að móðurmjólk og/eða sérstök ungbarnamjólk sé hluti fæðunnar allt fyrsta árið eða lengur. Í kjölfar tanntöku er þó æskilegt að draga úr næturgjöfum og mælt er með vatnssopa ef barn vaknar þyrst að næturlagi. Forðist að setja ávaxtasafa í pelann og gefið barni aldrei ávaxtasafa að næturlagi.

Öll þörfnumst við fjölbreyttrar fæðu og hollar neysluvenjur leggja grunn að góðri tannheilsu. Venjum börnin okkar sem fyrst á að borða næringarrikkar máltíðir á matmálstímum og bjóðum upp á tannvæna millimálabita þegar þeirra er þörf. Takmörkun neyslu sætinda milli mála og neyslu gosdrykkja og ávaxtasafa við ákveðna matmálstíma. Höfum það hugfast að kalt vatn er besta svaladrykkurinn.

Bakteríur í munnholi loða við yfirborð tannanna, svokölluð tannskýla, og breyta sykrum fæðunnar í mjólkursýrur. Sýrurnar losa um steinefni

Kalt vatn er besta svaladrykkurinn



glerungsins og vinna eyðileggingarstarf sitt í um það bil hálf tíma eftir að sykurs er neytt. Munnvatnið, sem gegnir lykilhlutverki í almennum vörnum líkamans gegn tannskemmdum, nær yfirleitt að hlutleysa sýrurnar á þessum hálf tíma þannig að tönnin nær aftur til sín uppleystu steinefnunum úr munnvatninu og endurkalkast. Ef eðlilegur tími líður milli mála hefur varmarkerfi líkamans betur í baráttunni við sýrurnar og tannskemmdum er haldið í skefjum. Sífellt nart er varmarkerfinu ofviða. Ostbiti eftir matinn er góð tannvernd og það sama gildir um sykurlaust tyggju, munnvatnsflæðið eykst og hlutleysing sýru á sér stað á mun skemmri tíma. Ef munnhirðu er ábótavant og tannskýla nær að safnast fyrir, hindrar hún aðgengi munnvatnsins að tannfirborðinu og varmarkerfið gagnast ekki.



Tannvernd barna

Munnhirða

Tannhreinsun, tvisvar á dag, með hæfilegu magni flúortannkremis að styrkleika 0.1% F- er nauðsynleg frá því fyrsta tönninn kemur í ljós en áður er æskilegt að hreinsa og nudda góm og tungu barns með rökum klút. Hafið hugfast að flúorstyrkur í barnatannkremi er mismikill og stundum ónógur auk þess sem merkingar geta verið óskýrar en 0.1% F- eða 1mg F-/ml jafngildir 1000ppm. Börn geta ekki annast tannhirðuna sjálf fyrr en um tíu til tólf ára aldur og þá undir eftirliti foreldra.

Til að minnka líkur á tannskemmdum er nauðsynlegt að burstu tennurnar með flúortannkremi tvisvar sinnum á dag, eftir morgunverð og áður en farið er í háttinn. Við tannburstun barns, sem er að taka sínar fyrstu tennur og til tveggja ára aldurs, ætti að nota það magn flúortannkremis sem samsvarar fjórðungi stærðar naglar litla fingurs barnsins. Þegar allar barnatennurnar tuttugu eru komnar upp og til sex ára aldurs ætti að nota það magn flúortannkremis, sem samsvarar stærð naglar litla fingurs barns. Ekki er mælt með því að skola munn eftir tannburstun, það nægir að skyrpa. Þannig er flúórin í tannkreminu talinn virka lengur til varnar tannskemmdum.



Mælt er með því að hafa yngstu börnin vel skorðuð í útafliggjandi stöðu við framkvæmd tannhreinunar. Eldri börnum má bjóða sæti í þar til gerðum „foreldrastól“. Foreldri situr þá með krosslagðar fætur sem barnið sest á. Barnið snýr baki að foreldri og hvílir höfuðið á læri foreldris. Vörum og kinnum má halda frá með fingrum annarrar handar um leið og burstað er með hinni hendinni.

Mælt er með notkun tannbursta með þéttum, finum og mjúkum hárum á nettum haus, en skaftið þarf að fara vel í fullorðinshendi.

Tannþráð þarf að nota jafnt á barna- og fullorðinstennur en með honum hreinsum við þá tannfleti sem burstinn nær ekki til. Tímabært er að hefja notkun tannþráðar þegar snertifletir tannanna mætast.



„Foreldrastól“

Flúor

Talið er að lágur en stöðugur flúorstyrkur í munnholi sé nauðsynlegur til viðhalds heilbrigði tanna. Flúor tekur þátt í því viðgerðarferli sem stöðugt er í gangi við yfirborð tannanna auk þess að hafa truflandi áhrif á starfsemi þeirra baktería sem valda tannskemmdum. Verkun hans er staðbundin á yfirborði tanna og varnandi áhrif þau sömu hjá öllum aldurshópum.

Tannburstun með flúortannkremi að styrkleika 0,1% F- tvisvar sinnum á dag viðheldur lágmarksflúorstyrk í munnholi og er því afar áhrifamikill þáttur í daglegri vörn gegn tannskemmdum. Hafa ber í huga að þar sem börn undir sex ára aldri kyngja stórum hluta tannkremisins sem upp í þau fer er mikilvægt að þau skammti sér það ekki sjálf og öruggast að geyma tannkremið þar sem þau ná ekki í það.

Þótt ekki sé lengur mælt með almennri notkun flúortafna til varnar tannskemmdum hjá börnum þarfnast ákveðinn hópur barna sem hætt er við



tannskemmdum meiri flúorverndar en flúortannburstun tvisvar á dag veitir. Tannlæknir leiðbeinir um viðbótarnotkun flúors og mikilvægt er að fylgja fyrirmælum um rétta notkun.

Börn á aldrinum sex til fimmtán ára sem eru að fá upp nýjar fullorðinstennur þarfnast aukinnar flúorverndar í formi flúorlökkunar og skolonar auk þess sem slæmar neysluvenjur kalla á aukna flúorvernd.



Hæfilegt magn flúortannkremis til 6 ára aldurs.

Hæfilegt magn flúortannkremis til 2ja ára aldurs.

Hæfilegt magn flúortannkremis

Flúortannkrem (0.1% F-) fyrir alla káta krakka!

Sogþörf

Sogþörf er ungbörnum meðfædd og æskilegra að venja þau á snuð en að þau sjúgi á sér fingur. Setjið aldrei neitt sætt á snuðið. Hunang getur valdið maga- og þarmasýkingum hjá ungbörnum og í kjölfar tanntöku er ekkert eins skemmandi fyrir viðkvæmar tennur barnsins og sætindi.

Sogþörf barna er mismikil. Langvarandi snuðnotkun eða kröftugt fingursog getur valdið bitskekku eins og krossbiti á jaxlasvæði, sem lýsir sér þannig að efri gómurinn er þregri en sá neðri og/eða með opnu bili á milli framtanna við samanbit

Venjð barn af snuði fyrir 3 ára aldur

jaxla. Oftast ganga þessar breytingar sjálfkrafa til baka ef snuðnotkun/fingursogi er hætt fyrir þriggja ára aldur. Það getur gengið illa að venja börn af fingursogi og mikilvægt að leita aðstoðar tannlæknis í tíma, þar sem þörf reynist.

Nauðsynlegt er að venja barn af snuði fyrir þriggja ára aldur.



Hreinar tennur – heilar tennur

Kynningarbréf um forvarnarskoðanir

ÓKEYPIS
TANN
SKOÐUN

Forvarnarskoðun 3, 6 og 12 ára barna - ókeypis tannlæknisþjónusta -

Öllum þriggja, sex og tólf ára börnum stendur til boða ókeypis eftirlit hjá tannlæknum sem vinna í umboði Sjúkratrygginga Íslands, samkvæmt samningi frá 1. janúar 2009 – 31. desember 2010. Í eftirliti felst meðal annars viðtal og fræðsla um mataræði, munnhirðu og annað er snertir tannvernd. Einnig er um að ræða skoðun, skráningu, hreinsun tanna og flúormedferð fyrir alla hópana, auk röntgenmyndar fyrir 12 ára hópinn.

Nauðsynlegt er að skoðun fari fram:

- áður en þriggja ára barn nær fjögurra ára aldri.
- áður en sex ára barn nær sjö ára aldri.
- áður en tólf ára barn nær þrettán ára aldri.

Upplýsingar um tannlækna sem vinna í umboði Sjúkratrygginga má finna á www.tr.is undir Tannlækningar.

Tannviðgerðir falla ekki undir þennan samning. Ef gera þarf við tennur barnsins greiða Sjúkratryggingar Íslands 75% af viðmiðunargjaldskrá Heilbrigðisráðuneytisins.



Bréf til skólastjórnenda frá Lýðheilsustöð



14. ágúst 2009

Til skólastjóra/aðstoðarskólastjóra

Efni: Tannvernd / flúorskolun

Á komandi vetri er stefnt að því að öllum nemendum í fyrstu, sjöundu og tíundu bekkjum grunnskólans standi til boða flúorskolun tanna á vegum heilsugæslunnar.

Boðið var upp á flúorskolun hjá 89% grunnskóla landsins síðasta skólaár.

Jákvætt viðmót skólastjórnenda, kennara og nemenda er forsenda þess að vel til takist og best ef kennari tekur þátt og skolar eigin tennur um leið og nemendur skola. Flúorskolunin felst í því að velta 5 -10 ml af 0,2% NaF lausn í munninum í 1-2 mínútur, skyrpa og neyta ekki matar/drykkja í 1-2 klst. í kjölfarið. Rannsóknir staðfesta mikilvægi flúorskolunar til varnar tannskemmdum en flúor herðir tannglerunginn, gerir við byrjandi tannskemmd og truflar starfsemi baktería sem valda tannskemmdum.

Skólahjúkrunarfræðingar munu einnig sjá um tannfræðslu í 1. 4. og 7. bekkjum grunnskólans í 6H-fræðsluáttaki heilsugæslunnar. Tannfræðingar á vegum Lýðheilsustöðvar munu annast fræðslu um munnheilsu og tannvernd í 8., 9. og 10 bekkjum. Tannfræðingur munu hafa samband við skólastjórnanda og/eða skólahjúkrunarfræðing viðkomandi skóla um framkvæmd fræðslunnar.

Hjá Lýðheilsustöð má nálgast fróðleik og fræðsluefni um tannvernd á heimasíðunni: www.lydheilsustod.is.

Bréf þetta óskast áframsent þeim kennurum sem málið varðar.

*Með von um góða samvinnu á komandi vetri.
Hólmfríður Guðmundsdóttir, tannlæknir*

Bréf til foreldra/forráðamanna 6 ára barna frá Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins



14. ágúst 2009

Til foreldra/forráðamanna 6 ára barna

Efni: Tannvernd

Ágætu foreldrar/forráðamenn.

Mjög mikilvægt er að börn fari í tanneftirlit og á komandi vetri mun skólahjúkrunarfræðingur afla upplýsinga um nafn tannlæknis allra sex ára barna. Tannlækningum er einungis sinnt á einkastofum tannlækna <http://www.tannsi.is/tannlaeknar/>

Vakin er sérstök athygli á því að öllum sex ára börnum stendur til boða ein ókeypis skoðun hjá tannlæknum sem vinna í umboði Sjúkratrygginga Íslands, samkvæmt samningi frá 1. janúar 2009 – 31. desember 2010. Í skoðun felst meðal annars viðtal og fræðsla um mataræði, munnhirðu og annað er snertir tannvernd. Einnig er um að ræða skráningu tannheilsu-upplýsinga, hreinsun tanna og flúormeðferð. Tannviðgerðir falla ekki undir þennan samning. Ef gera þarf við tennur barnsins greiða Sjúkratryggingar Íslands 75% af viðmiðunargjaldskrá Heilbrigðisráðuneytisins. Nauðsynlegt er að skoðun fari fram áður en barnið nær sjö ára aldri. Upplýsingar um tannlækna sem vinna í umboði Sjúkratrygginga má finna á www.tr.is undir “Tannlækningar”.

Skólaheilsugæslan býður öllum sex ára börnum upp á flúorskolun tanna með 0.2% flúorlaun alls tólf skipti yfir skólaárið. Þegar skolað er fær hver nemandi innan bekkjar glas með 5 ml af flúorlaun ásamt bréfpurrku. Sopið er á lausninni og henni velt í munninum í u.þ.b. 1 mínútu. Lausninni er síðan spýtt aftur í glasið, öllu safnað saman í plastpoka og hent. Hvorki er borðað né drukkið í 1-2 klukkustund eftir skolon. **Sex-ára-jaxlar sem eru að koma fram í munninn hjá þessum aldurshópi njóta góðs af reglulegri flúorböðun.**

Talið er að lágur en stöðugur flúorstyrkur í munnholi minnki líkur á tannskemmdum en flúor herðir glerung tannanna. Mikilvægt er að bursta tennur með flúortannkremi tvisvar á dag og jafnmikilvægt að foreldrar aðstoði börn sín til tíu ára aldurs. Tannþráð verður einnig að nota á þá tannfleti sem burstinn nær ekki til. Skólahjúkrunarfræðingar miðla 6H-fræðslu um tannvernd, hollar neysluvenjur, munnhirðu og gagnsemi flúors en benda á lykilhlutverk foreldra í tannvernd og mæla með fræðsluefni á heimasíðu Lýðheilsustöðvar www.lydheilsustod.is

Með von um góða samvinnu á komandi vetri.

Starfsfólk heilsugæslunnar