

Amning och karies



Kristin Markman
Leg. Tandhygienist
Samordnare munhälsa
Folktandvården Uppsala

Innehåll

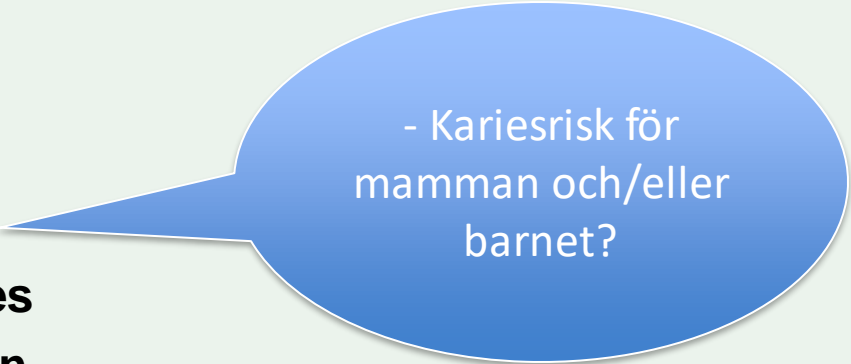
Karies

Amning = karies???

Riskfaktorer för karies

Mjölktänders funktion

Främja goda vanor



- Kariesrisk för
mamman och/eller
barnet?

Amning – en kariesrisk?

11 APR 2013

DELA ARTIKELN



När blir amning en kariesrisk? Det finns i dag inget entydigt svar.

Hur länge ska barn ammas och hur många gånger om dagen?

Förr talade man om amningskaries, och varje år får en liten grupp barn karies där bröstmjolk kan vara en bidragande orsak. Det är i första hand barn på mer än ett år som ammas frekvent under hela dygnet.

– Hos barn upp till ett år överväger de positiva effekterna av amning, säger Pernilla Lif Holgerson, disputerad tandläkare vid Umeå universitet som blir färdigutbildad pedodontist i juni. Hon ingår i Livsmedelsverkets nationella amningskommitté.

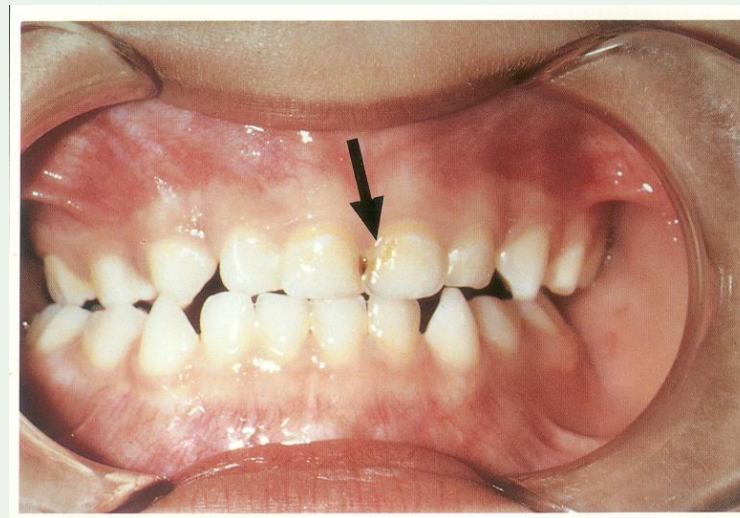
Tandläkartidningen 2013

Karies är en sjukdom

Karies = hål i tänderna
Inte ett normaltillstånd
En av världens vanligaste sjukdomar
Stark korrelation med socioekonomi

Hur karies uppstår

- Närvaro av kariesbakterier
- En kost rik på kolhydrater (sockerhaltiga livsmedel) ofta i samband med många mellanmål och nattmatning
- Ingen eller bristfällig munhygien
- Brist på fluoridtillsförel
- Barnets mottaglighet



Amning = karies?

Resultat från forskning motstridiga

Bröstmjök ≠ karies

Bröstmjök + andra nedbrytbara kolhydrater
= kariesrisken ökar

Amning upp till 12 månaders ålder KAN
vara skyddande mot karies.



Nattlig eller mer frekvent amning efter 12
månaders ålder (och amningen längre än
24 månader) KAN öka risken för karies.

Nedbrytbara kolhydrater = Kolhydrater
som bryts ner till glukos i tunntarm för
att sedan ge energi. Snabb energi.

Risikfaktorer för karies - spädbarn

Nattliga mål

Saliven är en viktig skyddande faktor, nattetid går salivfunktionen i vila och skyddar inte lika effektivt.

Val av dryck i nappflaskan

Småätande

Utebliven tandborstning med fluorid tandkräm

Sjukdomar?



Risker i nutid

Trend att äta i farten

Stress

Stor tillgänglighet

Många produkter innehåller mycket dolt socker

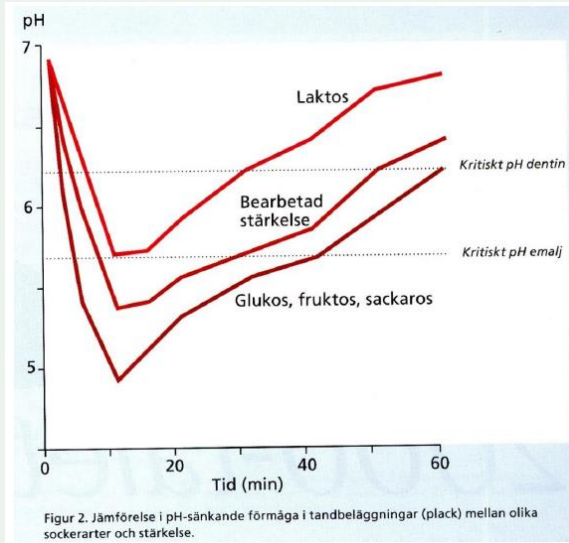
Äta som tröst

Nya produkter uppmanar till småätande

Torkad frukt – används som ”nyttigt” alternativ till godis

Fluoridmotstånd





Bearbetad stärkelse – majskrokar, kex, chips etc.

Risk för karies i emalj, pH 5,5-5,7

Källa: P. Lingström tidskriften Nordisk nutrition nr 3 2009



”...men det är ju bara mjölkttänder...”

- När barnet är 1-3 år framträder samtliga mjölkttänder.
- Tänderna är som mest känsliga för karies när de precis har kommit fram.
- Kariesprocessen kan gå mycket snabbt!

Karies i mjölkttandsbett kan leda till:

- Infektioner
 - Smärta
 - Svårt att äta – påverkar utvecklingen
 - Svårt att sova
 - Social begränsning – vågar inte skratta, le, gapa
-
- Påverkar vuxentänderna
 - Tandvårdsrädsla
 - Större risk för tandreglering

Patientfall

18 månaders pojke
Ammar nattetid
Dricker saft i nappflaskan
Utreds för andningsbesvär

STOR RISK FÖR KARIES

Pojke 12 månader
Vatten nattetid
Ammar i samband med mellanmål
Frisk för övrigt

LÅG RISK FÖR KARIES

Hur kan vi främja en god munhälsa?

Amning är bra!

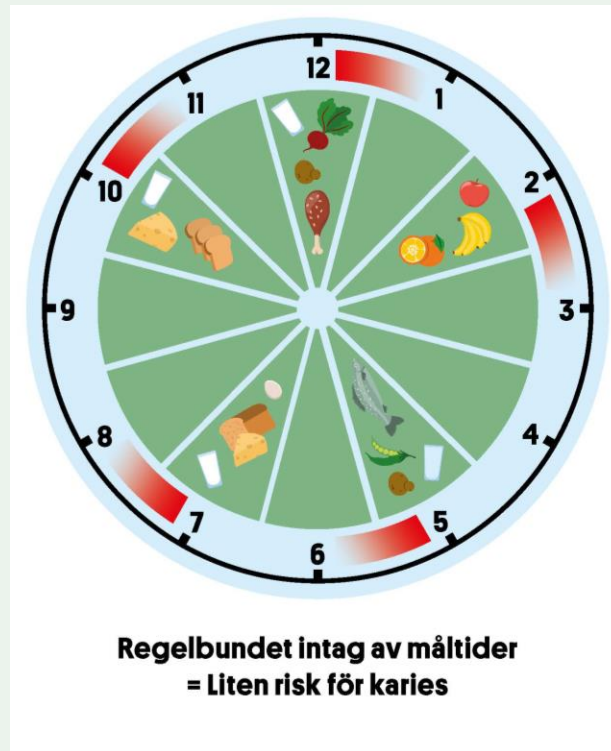
Oavsett om barn ammas eller inte:

Goda, regelbundna kostvanor

Låta tänderna vila mellan måltiderna

Tandborstning med fluorid tandkräm morgon och kväll när första tanden tittar fram

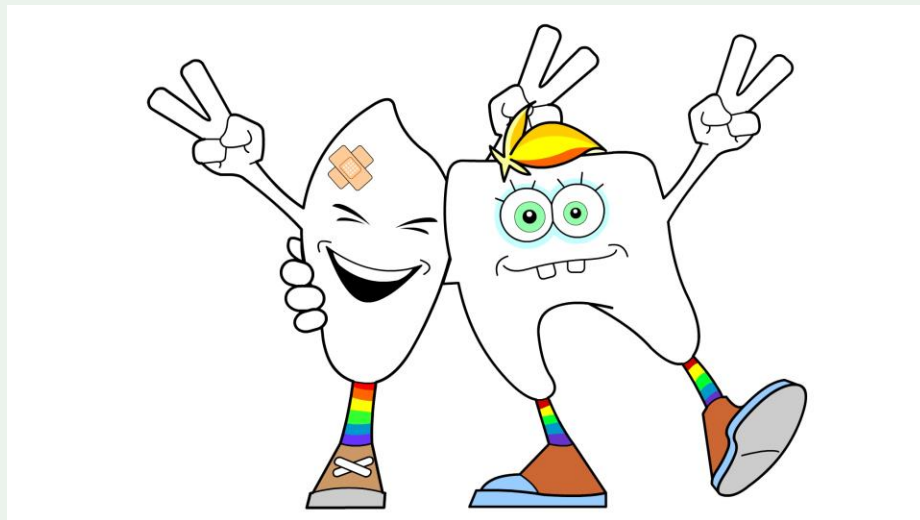
Vatten mellan måltiderna från ålder?



Sammanfattning amning och karies

- Mer forskning behövs.
- Bröstmjolk ≠ karies
- Frekvent amning nattetid kan vara ohälsosamt för tänderna.

- Tidigt införa goda vanor
- Tandborstning med fluorid tandkräm morgon och kväll
- Vatten





Kontaktuppgifter

Kristin Markman

018 – 617 09 37

kristin.markman@region uppsala.se

Källhänvisning

Rikshandboken Barnhälsovård

Tandläkartidningen

[Internetodontologi.se](http://internetodontologi.se)