

Caries

– huller i tænderne



Hvorfor får man
huller i tænderne?
Hvordan kan de
undgås?
Læs mere i denne
folder

Caries

– huller i tænderne

Caries – også kendt som huller i tænderne – er en af de mest almindelige sygdomme, som alle mennesker i alle aldre kan få. Sygdommen har normalt et langsomt forløb og kan i de tidligste udviklingsstadier standses. Men hvis de angrebne tænder ikke behandles i tide, kan man få smerter, og tænderne vil efterhånden gå til grunde.

Caries forebygges og kontrolleres bedst gennem egen omsorg. Vil man have sunde tænder hele livet, kræver det en daglig indsats med rengøring af tænderne og brug af fluortandpasta.

Hvorfor får man caries?

Der er to ting, der skal være til stede på samme tid, for at der kan opstå caries: **Bakterier og sukker.**

Der er altid bakterier i munden, og fjernes de ikke regelmæssigt, vil de udvikle sig til sammenhængende belægninger, som kaldes plak. Når bakterierne optager sukker, udskilles syre. Er der kun få bakterier og lidt sukker, vil spyttet fortynde og vaske syren væk. Er der derimod overvækst af bakterier og en høj koncentration af sukker, kan syren ikke neutraliseres, og tænderne kan blive angrebet.



Der er to ting, der skal være til stede på samme tid, for at der kan opstå caries: Bakterier og sukker.

Nogle bakterier udskiller mere syre end andre og trives ligefrem godt i et lidt surt miljø. Har man mange af sådanne bakterier i munden, og indtager man ofte sukkerholdige føde- eller drikkevarer, er der stor risiko for at udvikle caries.

Hvordan udvikler caries sig?

I begyndelsen kan man ikke se caries med det blotte øje. Hvidlige forandringer på tanden er ofte det første synlige tegn på caries. Det er udtryk for, at syre er ved at opløse tandens mineral.



Et begyndende cariesangreb ses som et hvidligt område på tanden

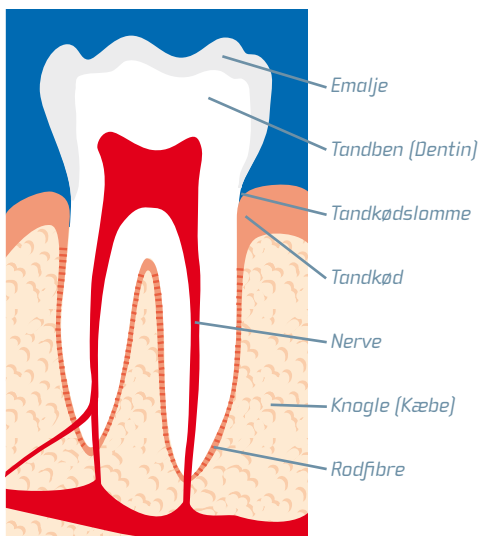


Cariesangrebet har her udviklet sig til et hul i tanden

Fortsætter mineraltabet, vil tanden før eller siden bryde sammen, og fysisk vil der komme et hul i tanden.

Forløbet i et cariesangreb

En tand består yderst af emalje, som er meget højt mineraliseret. Når et cariesangreb er trængt gennem emaljen og nået ind til det underliggende tandben (dentin), øges opløsningshastigheden, fordi dentinen ikke indeholder så meget mineral som emaljen. Hvis opløsningen fortsætter, kan cariesangrebet nå helt ind til nerven i tanden. Det giver ofte smerter, og tanden må rodbehandles.



Tegning af normal, sund tand:

Hos børn og voksne udvikles caries primært på tyggeflader og tandflader, der støder op mod hinanden. Caries på tandroden ses oftere hos ældre mennesker, hvor tandkødet har trukket sig lidt tilbage, så roden blottes. Caries udvikles også tit i spalter mellem tand og fyldninger fra tidligere huller.

Hvordan stopper man caries i at udvikle sig?

Man mærker ikke selv de tidlige stadier af caries, da der ikke er nogen nerver i emaljen. Man bør derfor gå regelmæssigt til tandlæge eller tandplejer for at få tænderne efterset. Opdager tandlægen/tandplejeren et begyndende cariesangreb, vil man først blive anbefalet at forbedre mundhygiejnen. Man kan også få råd og vejledning om kost og fluor.

Tandlægen/tandplejeren kan også fluorbehandle det angrebne område på klinikken. Hvis risikoen for at udvikle caries skønnes høj, kan tandlægen/tandplejeren derudover anviser tandpasta med særlig højt indhold af fluor, ligesom fluorskyllinger derhjemme kan anbefales. Sådanne initiativer er særdeles effektive.

Udvikler cariesangrebet sig alligevel derefter, eller er det allerede nået et stykke ind i tandbenet, vil tandlægen være nødt til at bore og fjerne det syge tandvæv. Hullet fyldes med et tandfarvet plastmateriale eller amalgam, så tanden kan fungere igen og få sin oprindelige form.

Sølvamalgam har tidligere været det mest anvendte fyldningsmateriale, fordi det er et holdbart og billigt materiale. Men af hensyn til miljøet er der i dag et generelt forbud mod at bruge kviksølvholdige metaller, da kviksølv er svært nedbrydeligt i naturen. Sølvamalgam må derfor kun anvendes i de tilfælde, hvor det ikke er muligt at fremstille en god og holdbar fyldning i plast.

Der har været megen debat om, hvorvidt amalgam er sundhedsskadeligt for mennesker på grund af indholdet af kviksølv. Men mange videnskabelige undersøgelser har vist, at den mængde kviksølv, der frigives, er så lille, at den ikke spiller nogen rolle for vores sundhed.

Gør det ondt at blive behandlet for caries?

Når tandlægen skal bore og lægge en fyldning, bliver man som regel lokalbedøvet, så man stort set ikke kan mærke noget.

Tandlægen har i dag mange metoder til at berolige patienter, som lider af angst for behandlingerne. Fortæl din tandlæge, hvis du er bange eller nervøs for det, der skal ske.

Hvordan kan man undgå caries?

Børst tænder to gange om dagen med fluortandpasta.



Suppler tandbørstningen med brug af tåndtråd eller tandstikkere, så du også holder rent *mellem* tænderne.



Spis sundt og undgå søde mellemmåltider.

Gå regelmæssigt til tandlæge/tandplejer for at få tænderne eftersat. Nogle perioder i livet har man større cariesaktivitet end i andre. Har man caries eller en kronisk sygdom, som fremmer caries, bør man gå oftere til tandlægen. Mange medicinprodukter påvirker spyttet, hvorved caries måske udvikles nemmere.

Hjælp dit barn med tandbørstningen, allerede når første tand kommer. Derved etableres gode vaner tidligt.

Spørg din tandlæge om råd, hvis du ønsker yderligere vejledning om god mundhygiejne og brug af hjælpemidler til at holde rent.

Denne brochure er et supplement til de oplysninger,
som din tandlæge har givet dig.

Tandlæge:

© Information fra
Tandlægeforeningen
Tlf. 70 25 77 11

Denne patientvejledning er
revideret af professor Svante
Twetman og lektor Kim Ekstrand
fra Tandlægeskolen i København,
Det Sundhedsvidenskabelige
Fakultet, Københavns Universitet
i samarbejde med Tandlæge-
foreningen.

Billeder: Tandlægeforeningen

Oplag: 3.000
Genoptryk juli 2009