

Lisa Lempert Reimerson, leg.tandl. , D.D.S.
S/Y SallyRuth – SC 4738
lisa.lempert@gmail.com
Mobiltel. +46 703 316210

Tandvård till sjöss

Jag har försökt att göra en beskrivning av olika tillstånd i munhålan som kan inträffa akut. Avsikten är att ge lite vägledning. Vid minsta misstanke eller oro för ett allvarligare tillstånd bör man kontakta/söka vård. Framställningen är på inga sätt fullständig.

Följande förslag får var och en utifrån specifika situationer använda med omdöme. Skepparen, eller den som är utsedd som sjukvårdsansvarig har det hela ansvaret för hur dessa hanteras ombord på den egna båten, vilket författaren av dessa sidor inte kan ansvara för.

Trauma

Stämmer bettet, dvs går tänderna ihop som de brukar?

Någon tand utslagen?

Någon tand i rubbat läge? (Det kan också göra att bettet inte stämmer).

Bettet stämmer inte, alla tänder verkar stå rätt. = artrit eller käkfraktur.

Artrit = svullnad i käkleden. NSAID 600 mg x 3 i 10 dagar eller Voltaren 50 mg + 1 g Alvedon (2 st 500 mg), 3 ggr/ dygn. De senare är preparat som finns med i medicinlistan.

Fraktur i underkäken. Strax bakom hörntanden eller på motstående sidas käkled.

Inte mkt att göra på havet. Om öppen fraktur, dvs något ben syns, ska man ta antibiotika. Kåvepenin 1 g 3 ggr/dag i 10 dagar.

Åt skonkost och smärtstillande tills läkare kan uppsökas. Man har sju dagar på sig att rätta till en käkledsfraktur.

Om man får en bom över munnen kan ett helt segment av överkäken slås av. T ex från hörntand till hörntand. Ta då med fingrarna över alltihop och försök trycka på plats. Vid en mer omfattande fraktur ska man också äta antibiotika, samma dosering.

Tand utslagen - stoppa tillbaka så fort som möjligt. Synlig smuts tvättas bort med koksalt eller vanligt vatten. Rör roten så lite som möjligt. Håll i kronan. Det finns celler på rotytan som måste överleva för att tanden ska läka fast igen. Ska den transporteras lägg den i mjölk. Kranvatten ej lämpligt. Obs! Ska man sätta tillbaks en tand som varit smutsig är det mkt viktigt med **stelkrampsskydd**.

Försök få tanden att sitta så att bettet stämmer. Om nödvändigt sätt en silvertejpbitt mot granntanden. Men det är svårt att få det att fästa. Om den verkar sitta av sig själv är det ok. Nerven dör och rotfyllning måste göras, men det gör man efter ett par veckor.

Kåvepenin 1g 3 ggr/dag i 10 dagar. Sköljning med Corsodyl.

Tand i fel läge - försök trycka tillbaks den i rätt läge. Hur vet man vad som är rätt?

Om tänderna möts som de brukar är det ett bra tecken. Ibland kan man behöva känna ovanför/nedanför tanden. Roten kan vara på fel ställe och då ska man trycka tillbaks den.

Avslagen tand – med eller utan pulpablotta

Utan pulpablotta – jämna till vassa kanter.

Med pulpablotta – då gör det jätteont på ett ställe, och där finns sannolikt en röd prick. Detta är pulpan som syns och den ska man försöka täcka över. Problemet är att det kan vara svårt att få något material att sitta fast. På kliniken skulle jag använt plastfyllningsmaterial, men det har man ju inte med sig. Lägg en klick Coltosol över det röda och en klick lim över alltihop, eller silvertejpbitt eller... Kan man hålla torrt

medan man gör det kanske man lyckas. Det är inte så farligt men det kan göra väldigt ont. Det är därför man vill täcka över. När man kommer i hamn ska man uppsöka tandläkare.

Profylax

Gå till tandläkaren innan ni ger er av.

Få hjälp att identifiera ev risktänder så vet ni lite mer själva.

Ont/Värk

- Ont i käkleder –
ta smärtstillande, ät skonkost.
- Ont i en tand men svårt att avgöra vilken –
ta smärtstillande. Ta Kåvepenin om allmäntillståndet är påverkat, dvs om man känner sig hängig och har feber.
De flesta infektionstillstånd med tandorsak går över efter en tid, oftast inom två veckor. Det innebär att symtomen försvinner, för att sedan återkomma längre fram om man inte åtgärdar orsaken. Infektionerna från tänderna sprider sig inte mellan tänderna. Käkbenet påverkas men om man åtgärdar orsaken så läker benet väldigt bra.
- Ont i en tand med en synlig svullnad någonstans i närheten –
Om svullnaden är mjuk och det rör sig lite, som en ballong med vatten i, lönar det sig att sticka hål. Låt en ren vass kniv (eller ev. en nål) ligga i kokande vatten en stund. Är svullnaden fast är det ingen ide att försöka något sådant. I båda fallen Kåvepenin 1 g x 3 x 10 och smärtstillande efter behov.

Sönderbiten tand/tappad fyllning

En nagelfil i metall kan man slipa till vassa kanter med. Är det en djup grop lägger man i lite Coltosol/Cavit. Det är bara att trycka dit lite. Det stelnar långsamt. Bit ihop och gnissla runt så att inte det blir för tjockt. Hellre för lågt. Tugga sen inte på det på några timmar.

Tappad Krona

Sätt tillbaks. Använd protesfixativ, eller kanske gängtejp. Ofta är det väldigt lite plats för cementet, om det är en välpassande krona utan andra skador. Kan vara svårt att få den på plats om för mycket material i den. Det gör inget att gå utan tills man kommer i hamn.

Diverse

- Blåsor i munhålan, afte. Även om virus, så blir det ofta sekundärinfekterat av bakterier. Corsodyl bakteridödande.
- Munsår – det finns Compeed för munsår.
- Blåsor på läpparna – kan vara virus. Det finns antiviral kräm. Kan ju också vara brännskador av solen.

När evakuerar man för tandskador?

Det beror i första hand på hur ont det gör och vilken smärtgräns man har. Det är inte många tillstånd som är livshotande när det gäller odontologi. Man kan ha fruktansvärt ont utan att det är farligt.

Det finns 2 tillstånd som kan vara livshotande men de är mycket sällsynta.

Det flesta infektioner i munhålan tömmer sig utåt och då är de inte livshotande.

1. Skulle en infektion, i underkäken, tömma sig inåt så kan man få en s.k. sänkningsreaktion. Då följer varet muskelsidor ner runt halsen och man kan inte andas.

2. Om munbotten svullnar upp mycket så att tungan trycks upp mot gommen så är det också mycket allvarligt. Det kallas munbottenflegmone.

Ansiktsfrakturer som hindrar eller stoppar andningen kan också vara grund för evakuering.

Tandvårds-kit

- Diagnostik – Spegel med lampa
- Bomullsrondeller, sminkborttagning
Att tvätta med, rulla ihop och lägga i munnen för att hålla torrt.
- Handsprit
- Tvättsprit
- Corsodyl – munsölj, gel. Bakteriedödande.
- Tandborste
- Cavit eller Coltosol, för temporär fyllning
- Protesfixativ – sätta fast lossnad krona
- Nagelfil – jämna till vass kant
- Compeed munsårplåster

Läkemedel för munhålan

Antibiotika	Kåvepenin 1 g, 1 x 3 x 10
Smärtstillande	Voltaren 50 mg + 2 x 500 mg Alvedon, 3 ggr/dygn NSAID (Ipren, Ibumetin) 600 mg x 3, också detta kan med fördel kombineras med Alvedon

Vectavir

Det mesta av detta finns på apoteket. Dock inte munspegel med lampa. Jag kan ordna det, de kostar då 35 kronor styck. Det kan säkert finnas många tandläkare och Folktandvårder som säljer. Coltosol säljs inte till konsument. 1 burk med 37g kostar 150 kronor av mig. En tub Cavit á 7g kostar 41 kronor på Apoteket.