

MUNN- OG TANNHEILSAN HJÁ ELDRI FØROYINGUM

Birita Ellefsen

MUNN- OG TANNHEILSAN HJÁ ELDRI FØROYINGUM

Copyright© 2024

ISBN 978-99918-3-818-2

Tannlæknafelagið

Rithøvundur

Birita Ellefsen

Birita Ellefsen, tannlækni og granskari, hevur staðið fyri hesi kanning og hevur skrivað frágreiðingina, sum Tannlæknafelagið hevur umbiðið. Kanningin er framd í samstarvi við Deildina fyri Arbeiðs- og Almennaheilsu og sum partur av heilsukanningini ” Forsagnir um heilsu og andsevnir hjá eldri føroyingum - ein 10 ára uppfylgjandi kanning”, sum Maria Skaalum Petersen, granskari hevur staðið á odda fyri. Helena Müller, tannrøktari hevur gjørt feltarbeiðið.

Endurgevingar úr tekstinum eru loyvdar við týðiligari kelduávísing. Frágevingin verður endurgivin soleiðis:

Ellefsen B (2024). Eldra tannheilsa - munn og tannheilsan hjá eldri føroyingum. Tórshavn: Tannlæknafelagið.

Vit takka øllum teimum í luttóku í kanningini. Eisini takk til starvsfólkið á Deildini fyri Arbeiðs- og Almenna Heilsu fyri gott samstarv, hjálpssemi og móguleika at húsast har. Ein serstøk takk til Einu Eliassen, MSc, sum var samskipari og stóð fyri at rekruttera, og klinisku kanningunum. Vit takka eisini tannlæknum í Føroyum, sum hava hjálpt og stuðlað okkum á ymiskan hátt í samband við hesa kanning.

Hesi hava fíggað kanningina:

Sjúkrakassagrunnurin  sjúkrakassa
grunnurin

Betri Stuðul  betri

Tandlægeforeningen |  TANDLÆGE
FORENINGEN

Kong Christian Tiendes Fond

Myndina á forsiðuni hevur Malan Ellefsen teknað.

Innihald

Samandráttur	3
Bakgrund.....	5
Endamál.....	6
Lýsing av tannheilsu.....	6
Tannloysi	6
Tal av tonnum.....	6
Støðan á tonnum	6
Tannhaldið	7
Reinførið.....	7
Sjálvmett tannheilsa.....	8
Mannagongd	8
Skipan av verkætlanini	8
Munn- og tannheilsukanningin	9
Úrslit	9
Luttakarir í tannheilsukanningini	9
Tannheilsan.....	11
Tannheilsan hjá øllum 322 luttakarunum	11
Tannloysi	11
Tannheilsan hjá luttakarum sum hava tenn (231 luttakarir)	15
Tal av tonnum.....	15
Støðan á tonnum	16
Tannhaldið	21
Reinføri í munninum	24
Eftirmeting.....	28
Niðurstøða.....	29
Tilmæli	30
Keldulisti	32

Samandráttur

Hendan kanning vísir serstøk úrslit um tannheilsuna hjá eldri fólki í Føroyum, tí slík kanning hevur ongantíð áður verið gjørd. Tannheilsan hjá 80 til 84 ára gomlum er nú staðfest, og úrslitini fevna um størstapartin av øllum fólki í hesum aldri búsitandi í Føroyum. Luttakararnir eru kannaðir frá desember 2017 til februar 2019. Tannheilsukanningin er partur at heilsukanningini ”Forsagnir um heilsu og andsevnir hjá eldri føroyingum - ein 10 ára uppfylgjandi kanning” gjørd á Deildini fyri Arbeiðs og Almannaheilsu, og tilsamans luttóku 322 fólk í tannheilsukanningini.

Tannheilsan versnar, tá vit gerast eldri, hetta serliga vegna slit og viðgerðir. Serligar umstøður í lívinum, so sum sjúkur og verri førleiki, hava ávirkan á, um tannheilsan versnar. Hinvegin hevur tannheilsan eisini stóran týðning fyri, hvussu heilsa, lívsgóðska og vælvera er sum heild.

Endamálið við hesi verkætlan var tí at gera eina neyva og tíðarhóskandi mynd av tannheilsuni hjá eldri føroyingum og kanna møguligan samanhang við m.a. bústað, aldur og heilivágsnýtslu.

Úrslit

Av teimum 322 luttakarunum, eru bert 28% tannleys. Millum roykjararnar eru næstan helvtin tannleys. Færri tannleys búa í Suðurstreymoy (27%) samanborið við restini av Føroyum (73%). Her er miðaltalið av tonnum eisini størri (17,2 tenn í mun til 12,8), og tey hava færri hol, men fleiri viðgjørðar tenn. Tey tannleysu ganga ikki reglugluga til tannrøkt, men tey hava øll minst eina protesu. Millum tey, ið hava fáar tenn (færri enn 10), er eisini stórir partur, ið ikki gongur regluliga til tannrøkt (37%). Teir 231 luttakarir, ið hava tenn, hava umleið 15 tenn í miðal, har tey 80 til 82 ára gomlu hava millum 16 og 17 tenn í miðal, og tey 83-84 ára gomlu bert bert hava 12 tenn í miðal.

Ein triðingur (32%) hava eitt ella fleiri hol, og hetta er óansæð, hvussu nógvar tenn tú hevur. Í miðal hava kvinnur færri frískar tenn enn menn (5,4 tenn í mun til 7,2 tenn, $p<0,001$), men fleiri kvinnur ganga regluliga til tannrøkt (68% í mun til 51% av monnunum, $p<0,005$). Tey, ið búa einsamøll, hava eisini færri frískar tenn (5,2 tenn í mun til 6,8 tenn, $p<0,005$). Fólk, ið búa í Suðurstreymoy, hava í miðal fleiri tenn (17,2 tenn í mun til 12,8 tenn, $p<0,001$) og fleiri viðgjørðar tenn (10,0 tenn í mun til 6,1 tenn, $p<0,001$), men færri tenn við hol (0,3 tenn í mun til 0,7 tenn, $p=0,005$) samanborið við restina av landinum.

Tey, ið hava protesu, hava færri frískar tenn (4,5 tenn í mun til 9,0 tenn, $p<0,001$), meðan tey, ið taka heilivág fleiri ferðir um vikuna, hava fleiri frískar tenn (6,5 tenn í mun til 3,5 tenn, $p<0,005$). Í samband við nøgdsemi við tonnum, hevur bólkurin, ið er nøgdur við sínar tenn og protesur, færri hol (0,3 tonn í mun til 0,9 tonn, $p<0,001$) og fleiri frískar tenn (6,6 tenn í mun til 4,6 tenn, $p<0,001$). Mótsatt hava tey, ið halda tenninar eru versnaðar tey seinastu 10 árin, fleiri tenn við hol (0,9 tonn í mun til 0,3 tonn, $p<0,001$), og tað sama er galdandi fyri tey, ið hava tyggitrupulleikar (1,0 tonn í mun til 0,4 tonn, $p=0,005$).

Tekin um tannhaldssjúku (tannkjøtsbruni, djúpir tannkjøtslummar og leysar tenn) eru rættiliga vanlig hjá eldri fólki. Helvtin av luttakarunum hava eitt ella fleiri

støð við tannkjøtssbruna (49%), og eitt ella fleiri støð við djúpum tannkjøtsslummum (45%).

Tá hugt verður eftir samanhangi millum ymisk tannhaldssjúkutekin sæst, at størri partur av teimum, ið hava djúpar lummar (61% í mun til 39%, $p < 0,005$) og av teimum, ið hava onkra leysa tonn (61% í mun til 44%, $p < 0,05$), hava eisini bruna í tannkjøtinum, samanborið við tey, ið ikki hava tannkjøtsslummar ella leysar tenn.

Samanhangur sæst eisini millum tannsjúku (hol) og tannhaldssjúku. Lutfalstliga fleiri, ið hava hol, hava eisini tannkjøtssbruna (64% í mun til 42%, $p < 0,005$). Hyggur man eftir tal av tonnum og tannhaldssjúku sæst, at tey, ið hava fleiri tenn, hava eisini fleiri djúpar lummar (1-9 tenn=26%, 10-19 tenn=47% og 20 ella fleiri tenn=62%, $p < 0,001$). Eisini hava tey í Suðurstreymoy fleiri djúpar lummar (57% í mun til 34%, $p < 0,001$), og av teimum, ið hava onkra leysa tonn, hefur eisini størri parturin djúpar lummar (61% í mun til 38%, $p < 0,005$).

Reinføri í muninum hefur alstóran týðning fyri tann- og munnheilsuna, men vísir seg at vera verri at halda, tá ein verður eldri. Bert 2% av teimum eldri hava fullfíggað reinføri. Tey, ið búgva í Suðurstreymoy, hava í miðal betri reinføri. Eisini hava tey betri reinføri, ið ganga regluliga til tannrøkt, tey, ið eru betri nøgd við tenn og protesur, og tey, ið ikki halda at tenninar eru versnaðar ($p < 0,01$). Her sæst eisini, at tey, ið hava hol, og tey, ið hava tannkjøtssbruna, hava verri reinføri ($p < 0,001$).

Niðurstøða

Sum heild er tannheilsan hjá eldri í Føroyum góð, tá samanlíkna verður við onnur lond rundanum okkum. Kanningin vísir, at tey eldru í Føroyum hava í stóran mun sínar egnu tenn. Bert 28% eru tannleys, og hesi hava øll protesu. Meginparturin av teimum eldru gongur regluliga til tannrøkt (81%). Her sæst tó, at summir bólkar eru í vanda fyri verri tannheilsu. Hesir bólkar eru tey í høgum aldri, við bústaði uttanfyri høvuðsstaðarøki, ið búgva einsamøll, ikki fáa regluliga tannrøkt ella hava aðrar tannsjúkur ella tannhaldssjúkur.

Tannheilsan er munandi betra hjá eldri fólki sum heild. Hetta sæst serliga við, at tey eldru í stóran mun varðveita tenninar og hefur tað við sær, at reglulig tannrøkt er meira umráðandi nú. Men við øktum aldri er vandin stórur fyri verri almennari heilsu og verri førleika. Tí er fyriryrging, viðgerð og eftirlit sera týðningarmikið. Tað er umráðandi, at tey eldru í Føroyum fáa regluliga tannrøkt, og at tey, ið hava tørv, fáa fyriryrgjandi tannrøkt javnan. Fyriryrgingin noyðist helst eisini at vera meira nágreinilig og miðvís. Til dømis kann endurnýggjan av áður gjørdum viðgerðum, og tannhaldssjúkuvíðgerð gerast torgreidd vegna ringari heilsu ella versnaðum førleika. Hetta setur størri krøv til føroysku tannrøktarskipanina, og verður helst tann størsta avbjóðingin framyvir.

Fyri at rækka hesum, er okkara tilmæli, at man eigur at gera eina tannrøktarskipan, sum stuðlar eftir tørvi. Skipanin kann til dømis grundfestast í kommununum, sum aðrar røktarskipanir. Millum annað kann kommunala barnatannrøktin víðkast til eisini at taka hond um tey eldru, sum hava trupult við at nýta vanligu tannrøktarskipanina. Hettar samlar eisini serkunnleikarnar á økinum. Teir meira torføru sjúklingarnir eiga so at kunnu ávísast til t.d. ein økismiðdepil, sum kundi verði Sjúkrahúsverkið.

BAKGRUND

Munn- og tannheilsan hjá eldri fólki er kring allan heim broytt sera nógv tey seinastu áratíggjuni. Tannheilsan er vorðin betri, og av tí sama hava tey eldru í nógv størri mun teirra egnu tenn, heldur enn protesur. At hava sínar egnu tenn hevur stóran jaligan týdning fyri almennu heilsuna, vælveruna og lívsgóðskuna (1,2).

Tey eldru hava sum heild eisini betri almenna heilsu og liva longri enn fyrr. Tó er tað so, at jú eldri ein verður, jú størri er vandin fyri at gerast veikur ella sjúkur. Varandi (kroniskar) sjúkur sum diabetes, hjartasjúkur, Alzheimers og Parkinson sjúka, eru dømi um sjúkur, ið í størri mun raka eldri fólk, og í nógvum førum ávirka førleikan bæði kropsliga og sálarliga (3,4).

Bæði sjúkurnar sjálvar, sjúkuárinini og viðgerðin (serliga heilivágurin) kunnu vera orsøkir til verri tannheilsu (5-8). Sjúkurnar, heilivágur og sálarlig árin, kunnu ávirka førleikan og gera tað verri hjá tí einstaka at røkja sínar tenn sjálvur.

Tað er í nógvum samanhangum staðfest, hvussu stóran týdning góð munn- og tannheilsa hevur í samband við heilsu, lívsgóðsku og vælveru sum heild. Hetta er galdandi alt lívið, men tað vísir seg tíverri, at tannheilsan í stóran mun versnar við aldrinum. Tað eru bæði náttúrligar orsøkir til hetta (t.d. slit og viðgerðir) og serligar umstøður í lívinum, sum ávirka tannheilsuna (t.d. sjúkur, sosialar umstøður og skaðar). Hetta kann standast av, at ein ikki er førur fyri at halda munn og tenn, tí førleikin er versnaður, ella tí kroppurin er ávirkaður og immunverjan tí ikki klárar at standa ímóti smáverum, sum finnast í munninum.

Tað eru gjørdar nógvur tannheilsukanningar av eldri fólki í heimunum, og hyggja vit at londum sum Føroyar oftast samanber seg við á heilsuøkinum (t.d. Svøríki, Noregi og Danmark), so er staðfest, at tannheilsan ávirkast, tá heilsan versnar (9-11). Slík kanning er ikki áður gjørd í Føroyum, so tí fóru vit undir hesa verkætlan.

Í Føroyum er tannheilsuskipan, sum veitir ókeypiss tannrøkt til børn og ung, umframt til smærri serøkir undir Sjúkrahúsverkinum. Øll vaksin rinda annars fyri egnu tannrøkt, við ískoyti til viðgerðir frá Heilsutrygd. Onnur grannalond hava almennar skipanir ið á ein ella annan hátt stuðla vaksnum fólki. Hetta kann vera serskipan til vaksin, ið hava ringt við at nýta vanligu tannheilsuskipanini, sum t.d. danska kommunala skipanin (Omsorgstandplejen, Specialtandplejen og Socialtandplejen). Tað kann vera almennur stuðul til ymiskar bólkar (t.d. differentieraðir aldursbólkar, fólk við sjúkum ella verri førleika, ella hægri stuðul til størri viðgerðir), sum t.d. svenska skipanin.

Hendan skráseting, av tannheilsuni hjá eldri fólki í Føroyum, kann nýtast sum grundarlag fyri at vegleiða tannlæknar og tannrøktarar til at skipa tannheilsuøki kring landið eftir tørvi, og at fremja fyrirbygging á teimum økjum, har tørvurin er størst. Møguleiki kann eisini vera at fáa eldra-, heilsu- og almanna- økini at geva munninum og tonnunum størri gætur, við at veita skipaðan stuðul har tørvur er.

Tannlæknafelagið hefur staðið fyrri verkætlanini við munn- og tannheilsukanningini, meðan Birta Ellefsen, sum er tannlækni, ph.d. og granskari innan eldri og tannheilsu, er verkætlanarleiðari.

ENDAMÁL

Endamálið við kanningini var at gera eina neyva og tíðarhóskandi mynd av tannheilsuni hjá teimum eldru í Føroyum og kanna um samanhangur er millum munn- og tannheilsuna og m.a. kyn, bústað, aldur, royking og heilivágsnýtslu.

Lýsing av tannheilsu

TANNLOYSI

Gransking hefur víst, at ert tú tannleysur, hefur tú ikki fullgóðan tryggiførleika og færleika at brúka musklarnar í og runt um munnin, og harumframt kann svølgiførleikin ávirkast. Ein kann hava protesur í yvirmunni og undirmunni í staðin fyri sínar egnu tenn, og protesan kann fevna allan yvirmunnin ella undirmunnin, har allar tenn mangla (heilprotesa) ella part av munninum, har nakrar tenn mangla (partvís protes). Tað er umráðandi, at protesur sita væl, bæði fyri at kunna eta, tosa og smílast og fyri at megna at halda munnin reinan og frískan.

TAL AV TONNUM

Sum heild kann sigast, at jú størri talið er av náttúrligum tonnum, jú betri er tannheilsan hjá tí einstaka. Harafturat verður mett, at um ein hefur minst 20 tenn, er munnurin virkisførur (12). Hetta merkir, at ein við 20 tonnum klárar at tosa, smílast og eta sum ein vil, og hefur helst ikki brúk fyri protesu ella líknandi.

Nógvar ymiskar orsøkir eru til, at man missir sínar tenn. Serliga týðandi eru aldur og líviháttur. Aldur viðførur slit, skaðar og tannviðgerðir gjøgnum eitt langt lív, sum gera tenninar veikari. Líviháttur hefur stóran týdning fyri tannheilsuna, og her er serliga kostur, royking og tannheilsuvarar (sum tannrøkt og reinføri) týðandi. Almenna heilsan hefur eisini avgjörðan týdning fyri tannheilsuna, og um man missir sínar tenn. Sjúkur kunnu gera tað verri at halda tenninar og at vitja tannlæknastovu regluliga. Heilivágur og onnur viðgerð kann ávirka tenninar og munnin, millum annað tí spýttmongdin kann minka, mikroflorain (tær náttúrligu smáverurnar í munninum) kann broytast, ella tenn og tannhald kunnu ávirkast beinleiðis.

STØÐAN Á TONNUM

Tannheilsustøðan verður lýst við at hugt verður eftir hvørjari einstakari tonn, um tonnin er frísk ella hefur sjúkutekin. Sjúkutekin kunnu vera, at tonnin hefur hol (núverandi tannsjúka), ella er viðgjörd og hefur fylling av onkrum slag (fyrrverandi og viðgjörd tannsjúka). Um ein tonn bæði er viðgjörd og hefur hol, verður hol mett sum meira álvarsligt og tí tikið fram um.

TANNHALDIÐ

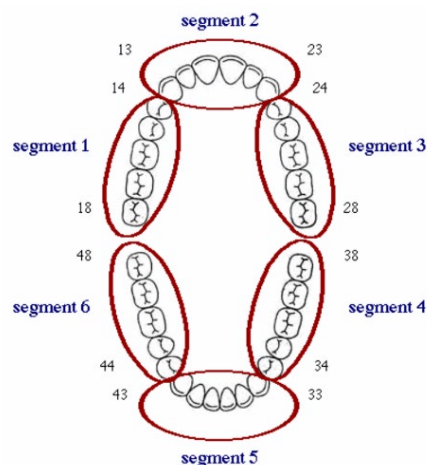
Útyvir tenn fevnr tannheilsa eisini um tannhaldið, sum er parturin, har tonninn er fest. Tannhaldið er sett saman av tannkjøtinum, røtserkinum og munnbeininum, sum tonninn situr í. Tonninn situr ikki føst í munnbeininum sum ein nagli, men í røtserkinum við smáum tægnum.

Tannheilsa verður tí eisini mett út frá tannhaldssjúku. Her eru millum annað tannkjøtsbruni (gingivitis) og tannkjøtslummar tekin um sjúku. Í vísindaligum samanhangi kann bruni metast út frá, um bløðing kemur, tá lummararnir verða máldir, og torrleikastøði á tannhaldssjúku (parodontitis) kann metast út frá, hvussu djúpir lummararnir eru runt um tonnina. Tannkjøtslummar minni enn 4 mm djúpir verða mettir at verða frískir. Tannkjøtslummar koma, tí røtserkurin og munnbeinið svinnur vegna bruna. Um tonninn er vorðin leys er tannhaldssjúkan rættiliga framkomin, tí tannhaldið er svunnið so nógv, at tonninn ikki hevur nokk festi.

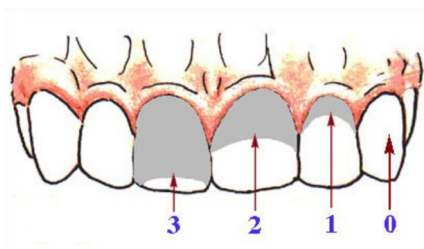
REINFØRIÐ

Reinførið í munninum hevur alstóran týdning fyri tannheilsuna. Um tenninar ikki verða hildnar reinar, kemur skón á. Skón er samansett av smáverum, sum kunnu gera hol í tonnina ella bruna í tannkjøtið. Munnurin verður deildur í 6 partar, tá reinførið verður kannað, sum sæst á mynd 1 (jakslar í vinstri og høgru síðu í yvir- og undirmunni og fremstu tenninar í yvir- og undirmunni). Reinførið verður mett við at hyggja at mongdini av skón á hvørjari tonn, har tonninn við mest skón verður skrásett í tí einstaka partinum (mynd 2) og eitt indeks (vísital) verður roknað fyri allan munnin.

Mynd 1. Reinførismeting býtt í partar



Mynd 2. Reinförismeting á tí einstöku tonnini (skón)



SJÁLVMETT TANNHEILSA

Í spurnarblaðnum eru ymiskir spurningar settir um tannheilsuna. Millum annað eru spurningar um ein gongur regluliga til tannlækna, tannrøktara ella tannteknikara (reglulig tannrøkt), um ein er nógdur við tenninar ella protesurnar, um ein heldur at tenninar eru versnaðar tey seinastu 10 árin, um ein fólir seg turran í munnum, og um ein hevur trupulleikar at tyggja. Gransking hevur ávíst samhang millum sjálmmetta tannheilsu og veruliga tannheilsu (13), so tað týður uppá, at eldri fólk hava góðan varhuga av, um okkurt ikki roynist ella fólir væl í munnum.

Mannagongd

SKIPAN AV VERKÆTLANINI

Tannlæknafelagið fekk møguleika fyri at gera hesa tannheilsukanning í samband við at Sjeyti-ára kohortan, sum nú er 80-84 ára gomul, varð boðin til eina uppfylgjandi heilsukanning ”Forsagnir um heilsu og andsevni hjá eldri froyingum - ein 10 ára uppfylgjandi kanning”, 10 ár eftir tey høvdu luttikið í kanningini ”Dálkingarevni í móðurlívi og heilsuárin sum eldri”. Hendan granskingarverkætlan fór fram á Deildini fyri Arbeiðs- og Almannaheilsu undir leiðslu av Pál Weihe, yvirlækna og Mariu Skaalum Petersen, PhD. Í samband við at tey eldru komu inn til heilsukanning frá desember 2017 til februar 2019, gjørdi tannrøktari Helena Müller samstundis serstaka kanning av tannheilsuni.

Sjeyti-ára kohortan, sum varð kannað í 2007-2008, umfataði 713 luttakarar, og av teimum vóru 532 framvegis á lívi áðrenn uppfylgjandi kanningina. Tey vóru øll bjóðaði at luttaka og íalt 347 luttóku. Samlaða kanningin varð samansett av spurnablaði, almennari heilsukanning, kanning av andsevnum og tannheilsukanning. Spurnablaðið varð sent heim til luttakararnar at útfylla áðrenn kanningina, og varð síðani gingið ígjøgnum á kanningarstaðnum saman við sjúkrarøktarfrøðingi, sum framdi heilsukanningina. Sálarfrøðingur gjørdi kanning av andsevnum, og tannrøktari tók sær av tannheilsukanningini. Samlaða kanningin tók umleið 3 tímar, og harav vardi tannheilsukanningin umleið 20 minuttir. Kanningarstøðir vórðu settar upp í Havn, í Miðvági, Runavík, Klaksvík, á Sandi, Tvøroyri og í Nólsoy, umframt at kanningar gingu fyri seg á ellisheimum og heima hjá luttakarum í summum førum.

MUNN- OG TANNHEILSUKANNINGIN

Allir luttakararnir í kanningini ”Forsagnir um heilsu og andsevnir hjá eldri froyingum - ein 10 ára uppfylgjandi kanning” vórðu bjóðaðir at luttaka í tannheilsukanningini. Um viðgerðarkrevjandi støður vóru funnar, varð útfyllt oyðiblað hesum viðvíkjandi, sum luttakarinn skuldi taka við til egnan tannlækna.

Kliniska munn- og tannheilsukanningin

1. Munn- og tannkanningin varð gjørd á briks við pannulampu og tannlæknaamboðum. Skrásettar vórðu tannsjúkur (hol, viðgerðir og manglandi tenn), tannhaldssjúkur (tannkjøtsbruni, tannkjøtslummar og leysar tenn) og munnroðusjúkur (bruni, sár og roðubroytingar). Eisini vórðu protesur skrásettar
2. Eitt spurnablað varð útfyllt um nøgdsemi við tonnum og protesum, tannheilsuvarnar, trupulleikar av munn- og tannsjúkum og um ein kendi seg turran í munninum

Úrslit

Í úrslitunum har bólkar verða samanbornir, eru mestsum bara úrslit tikin við í frágreiðingini, har hagfrøðiligur munur sæst ($p < 0,05$).

Úrslitini vísa, at tannheilsan hjá eldri froyingum sum heild er nøkulunda líka góð sum tannheilsan í øðrum vesturlondum (14).

Tá hugt verður at tannheilsu sum heild er ein týðandi táttur, um fólk eru tannleys ella hava tenn, og tí vísa vit úrslit bæði við øllum luttakarum (322 fólk), og har bara tey við egnum tonnum eru tikin við (231 fólk, umleið 72% av heildini).

LUTTAKARIR Í TANNHEILSUKANNINGINI

Lýsing av øllum luttakarunum

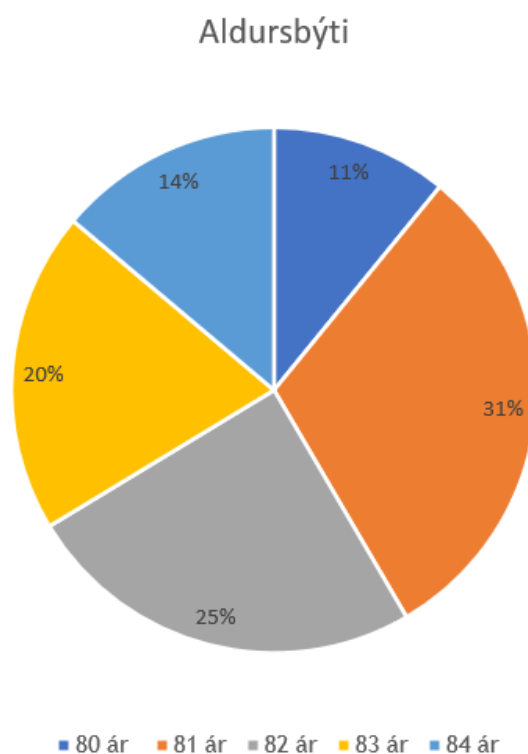
Av teimum 347, ið eru við í heilsukanningini, eru 322 (93%) eisini við í tannheilsukanningini. Tilsamans eru 158 kvinnur (49%) og 164 menn.

Kynsbýti av teimum 322 luttakarunum er javnt, og miðalaldurin er umleið 82 ár og eins fyri kvinnur og menn (mynd 3). Í hesum aldursbólkinum í Føroyum eru annars fleiri kvinnur á lívi enn menn, og í januar 2018 vóru 576 kvinnur og 486 menn í aldursbólkinum 80-84 ár*. Allir luttakararnir eru føddir millum 2. januar 1934 og 31 august 1937, og eru tí millum 80 og 84 ára gomul (mynd 3). Minsti árgangur er tey 80 ára gomlu (11%), og orsøkin til hetta er, at bert tey, ið eru fødd áðrenn 31. August, eru boðin við.

Av teimum spurningum, ið eru tiknir við í úrslitunum, hava minst 90% svarað uppá hvønn spurning (talva 1).

*Hagstova.fo/fo/folk/folkatal

Mynd 3. Aldursbýti á øllum 322 luttakarunum



Talva 1. Tal av luttakarum, ið hava svarað spurningunum (322 fólk)

Spurningar	Hava svarað av 322 luttakarum		Svarúrslit	
	Tal av luttakarum	%	Ja (%)	Nei (%)
Sjálvmett tannheilsa				
Gongur tú regluliga til tannlækna, tannrøktara ella tannteknikara	309	96	59	41
Ert tú nøgd við tínar tenn ella protesur	293	91	70	30
Eru tenninar vorðnar verri tey seinastu 10 árin	289	90	25	75
Kennir tú teg turran í munnum til dagligt	291	90	24	76
Hevur tú trupulleikar við at tyggja nakran mat orsaka av munn, tonnum ella protesum	293	91	10	90
Heilsa og sosial viðurskipti				
Roykir tú	317	98	10	90
Tekur tú heilivág	317	98	92	8

Íalt 136 luttakarir (42%) eru úr økinum við postnummari frá 100 til 188, tað vil siga úr Suðurstreymoyggi (Havnin, Argir, Kirkjubøur, Velbastaður, Syðradalur, Norðradalur, Kaldbak, Kaldbaksbotnur, Sund, Hvítanes og Hoyvík). Hini postnummurini (210 til 970) eru lögð saman til ein bólk við 186 luttakarum (58%) fyrri

at sammeta umleið javnt stórar bólkar, tvs. høvuðsstaðarøki og útjaðarin. Í kanningini eru fleiri menn giftir ella sambúgvandi (umleið 80%) samanbórið við kvinnur (44%). Orsøkin til ein er einsamallur í so høgum aldri er oftast, tí tú hevur mist makan. Samanber man hetta við tali av einkjum og einkjumonnum sum heild í hesum aldursbólum í Føroyum* sæst, at í januar 2018 vóru 80% av øllum kvinnum einkjur, og bert 16% av øllum monnum vóru einkjumenn.

Bert 31 luttakarir roykja, 20 kvinnur og 11 menn, meðan næstan helvtin av øllum luttakarunum hava roykt fyrr (150 persónar). Næstan øll (92%) taka heilivág dagliga, og hetta er eins fyri menn og kvinnur.

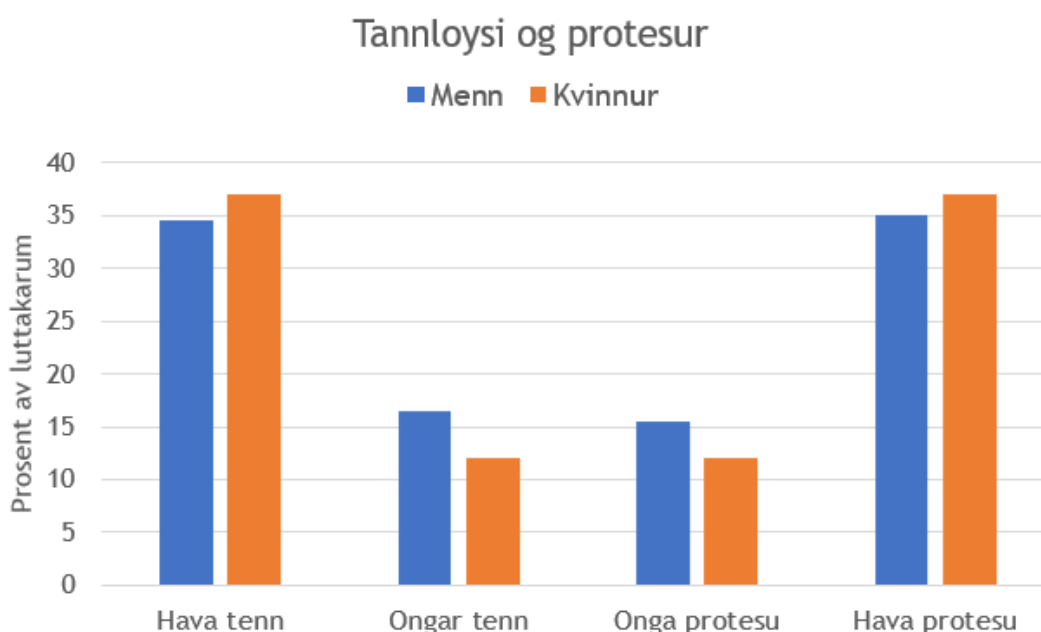
Tannheilsan

TANNHEILSAN HJÁ ØLLUM 322 LUTTAKARUNUM

Tannloysi

Íalt 231 av teimum eldru hava minst eina tonn, men ein góður fjórðingur (28%) hava ongar tenn, herav 53 menn og 38 kvinnur (mynd 4). Til samanbering høvdu 18% av dønum yvir 75 ár ongar tenn í 2017 (15), og hetta talið er helst størri hjá teimum frá 80 ár og eldri, tí miðaltalið av tonnum fellir við aldrinum. Tilsamans hava tríggir fjórðingar av øllum luttakarunum heil- ella partvísa protesur (232 fólk). Tey uttan tenn hava øll eina ella tvær protesur. Tað er eitt gott tekin, tí hetta gevur, fyri tey flestu, betri tryggiførleika og hevur stóran týdning fyri heilsu og útsjónd, og serliga føðsluinntøku, sum kann vera ein avbjóðing fyri eldri.

Mynd 4. Tannloysi og protesur í mun til kyn, (% av 322 fólkum)



*Hagstova.fo/fo/folk/hjunastoda

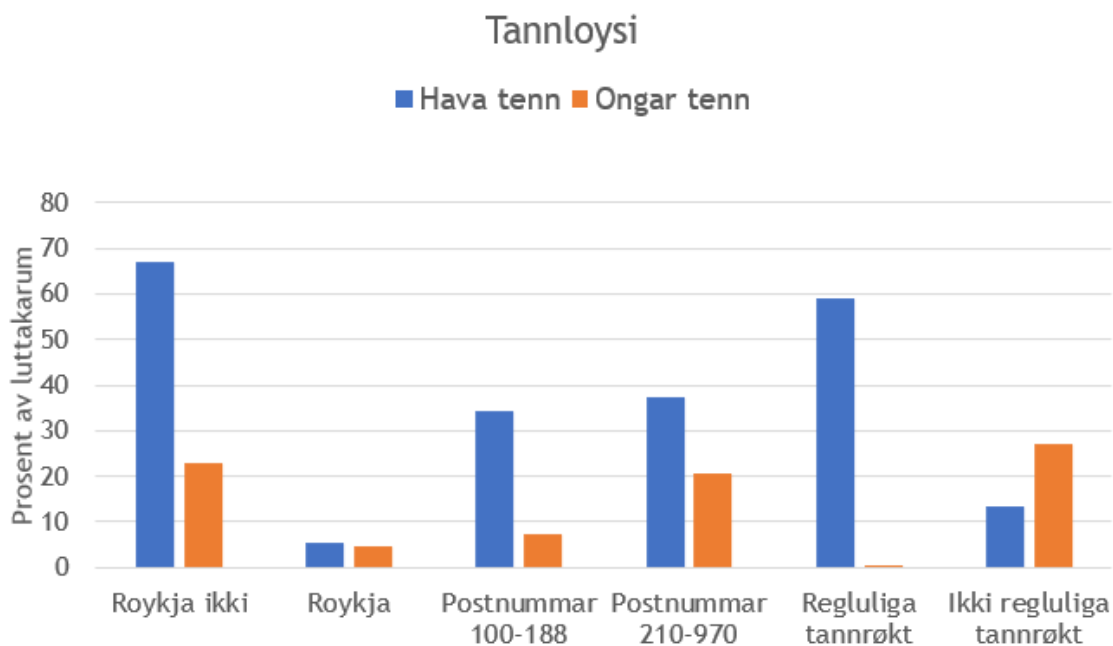
Á mynd 5 sæst, at av teimum 31, sum roykja, eru næstan helvtin uttan tenn samanborið við ¼ hjá teimum, ið ikki roykja (45% í mun til 26%, $p < 0,05$). Royking er ein týðandi og vælkendur vandatáttur fyri tannheilsuna. Orsøkin er, at royking m.a. hevur neiliga ávirkan á immunverjuna og pH-virði í munninum, sum økir vandan fyri fleiri sjúkufremjandi smáverum. Serliga økist vandin fyri at fáa paradentosu, sum er tannhaldssjúka, ið viðførir, at ein missir tenn í ringasta fall.

Ein góður triðingur av teimum, sum búgva uttanfyri Suðurstreymoy, hava ongar tenn, í mun til bert ein knappan fimting av teimum, sum búgva í Suðurstreymoy (36% í mun til 18%, $p < 0,001$). Tað vil siga, at lutfalsliga færri av teimum uttan tenn búgva í sunnara parti av Streymoynni (27%), sammett við restina av landinum (73%). Orsøkin er allarhelst, at serliga Havnin søguligt hevur havt betri atgongd til tannrøkt enn flest onnur økir í Føroyum. Um ein hevur lættari atgongd til tannrøkt, er størri móguleiki fyri at ganga regluliga og tí eisini hava vitan um og gera meira fyri at halda sínar tenn. Suðurstreymoy er eisini økið við hægri inntøku* samanborið við hini økini í Føroyum, og aðrar kanningar hava víst, at inntøka hevur stóran týðning fyri, um ein hevur góða tannheilsu (16). Hetta m.a. tí ein hevur betri ráð, og tí raðfestur hægri at brúka pengar uppá tannrøkt. Í Føroyum er privat tannrøktarskipan fyri vaksni, har ein sjálvur skal gjalda størstapartin av tannrøktini. Knapt 2/3 av øllum luttakarunum siga seg ganga regluliga til tannrøkt (59%), og hetta eru mestsum bara tey, ið hava tenn (81% við tonnum eru í mun til 1% uttan tenn, $p < 0,001$). Hettar merkir samstundis, at 41% av hesum eldru ikki ganga regluliga til tannrøkt. Kvinnur eru betri til at ganga regluliga til tannrøkt (68% í mun til 51% av monnunum, $p < 0,005$).

Sjálvt um ein ikki hevur tenn, er tað umráðandi at hugt verður í munnin regluliga, tí sjúkur í munninum kunnu koma, hóast ein ongar tenn hevur. Eitt yrkisfólk (tannlækni, tannrøktari ella tannteknikari) kann halda eyga við hesum og fyrirbyggja og viðgera, tá tørvur er á tí. Eisini er størri móguleiki fyri, at ein fær nýggja protesu, tá hon ikki er nøktandi, tí yrkisfólkið kann mæla til hetta.

*<https://hagstova.fo/fo/buskapur/lonir-og-inntokubyti/samlad-inntoka>

Mynd 5. Tannloysi í mun til royking, bústað og regluliga tannrøkt (% av 322 fólkum)

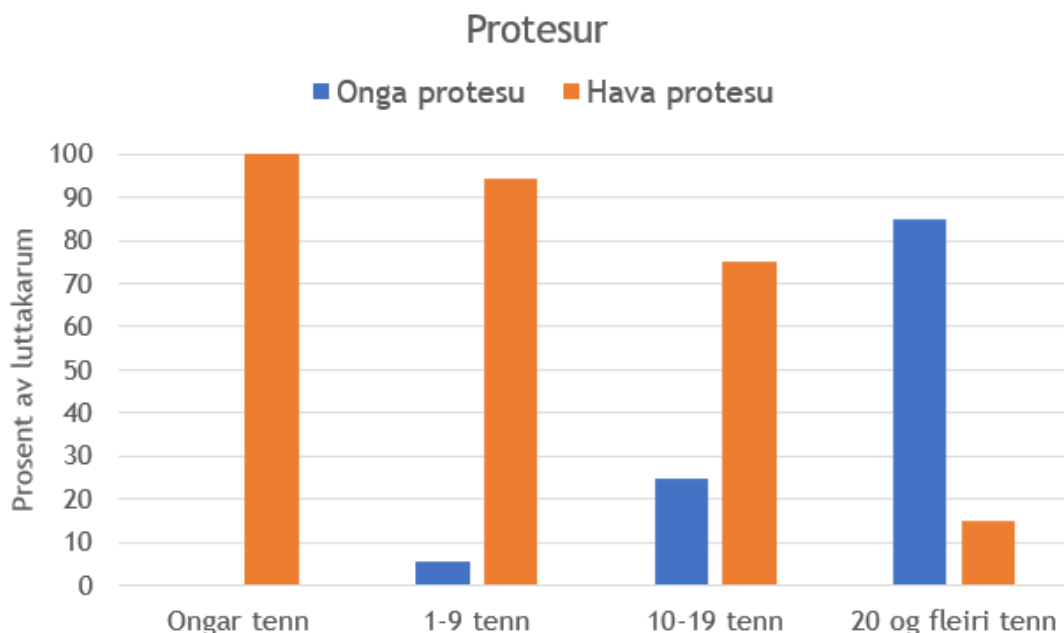


Um ein hevur minst 20 tenn, verður hetta mettt at vera eitt vælvirkandi tannsett hjá einum eldri fólki, sum tí ikki neyðturviliga nýtist protesu. Hevur ein færri enn 20 tenn, er í flestu førum best at hava eina protesu fyri at varðveita tyggiførleikan.

Umleið fjórðingurin av øllum luttakarunum hava minst 20 tenn, og umleið helvtin (49%) hava minst 10 tenn. Sammet við Danmark, har 46% av teimum 75 ár og eldri hava minst 20 tenn, hava eldri føroyingar færri tenn (15). Her skal tó havast í huga, at føroyingarnir eru eldri.

Av teimum við tonnum hava næstan 2/3 (62%) protesu. Tá hugt verður at tal av tonnum, og um ein hevur protesu (mynd 6), eru 6% av teimum við fægst tonnum (1-9 tenn), sum ikki hava protesu, og 25% av teimum sum hava 10-19 tenn. Hetta er lutfalsliga stórir partur, sum sostatt ikki hevur eitt virkisført tannsett. Av teimum við nógvum tonnum (20 ella fleiri) hava 15% protesu.

Mynd 6. Protesur í mun til tal av tonnum (% av 322 fólku)



Umleið 20% av luttakarunum kenna seg turran í munninum, og hetta hevur ofta neiliga ávirkan á, um protesan virkar og situr væl. Manglandi væta í munninum økir eisini vandan fyri at fáa verri munn- og tannheilsu, tí spýttið í munninum smyr, reinsar og er sodningarfremjandi. Ert tú turur í munninum, er eisini torførari at tyggja og svølgja mat, og tað kann ávirka heilsuna sum heild.

Tólv prosent siga seg hava trupulleikar við at tyggja, men tað er ikki hagfrøðiligur munur á teimum við og uttan tonnum. Hevur tú tyggitrupulleikar, er eisini stórir vandi fyri ikki at fáa góða føðslu. Eldri fólk eru sum heild í størri vanda fyri at fáa ov lítla ella skeiva føðslu, og helst tá munn- og tannheilsan ikki er góð (17).

Niðurstøða

Taka vit samanum er niðurstøðan tann, at bert ein góður 1/4 av teimum eldri eru tannleys (28%). Størri partur av teimum uttan tenn búgva uttanfyri Suðurstreymoy (74%), og stórt sæð eingin av teimum tannleysu ganga regluliga til tannrøkt. Tilsamans eru 41% av øllum luttakarunum ið ikki ganga regluliga til tannrøkt. Øll tey, sum eru tannleys, hava eina ella tvær protesur, og 62% av teimum við tonnum hava eisini eina ella tvær protesur. Tað eru lutfalsliga nógv, sum ikki hava eitt virkisfært tannsett (8%), siga seg hava tyggitrupulleikar (12%) ella føla seg turran í munninum (21%).

Samanumtikið er størri vandi fyri:

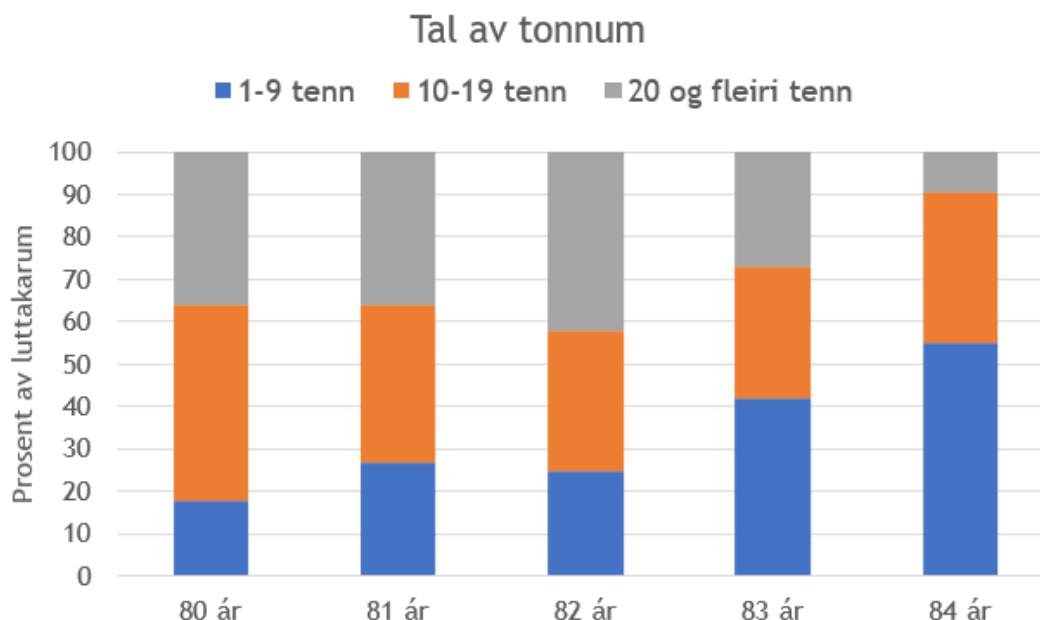
- at vera tannleysur, um tú býr uttanfyri høvuðsstaðarøki
- at vera tannleysur, um tú roykir
- ikki at ganga regluliga til tannrøkt, um tú ongar tenn hevur
- ikki at hava virkisfært tannsett (ongar protesu), um tú hevur færri enn 20 tenn

TANNHEILSAN HJÁ LUTTAKARUM SUM HAVA TENN (231 LUTTAKARIR)

Tal av tonnum

Miðaltalið av tonnum er 14,9 (SD=7,5). Tvey fólk hava bert 1 tonn og trý hava minst 28 tenn, sum er eitt fult tannsett. Samanber ein tal av tonnum tvørturum aldursbólkarum hjá teimum 231 luttakarum, sum hava tenn (mynd 7), sæst at hjá teimum 80 ára gomlu hava flest øll minst 10 tenn (82%), meðan hjá teimum elstu (84 ár) hava meira enn helvtin 1 til 9 tenn, og bert ein tíggjundapartur hevur 20 ella fleiri tenn. Í miðal hava tey 80 til 82 ára gomlu millum 16 og 17 tenn (SD=7,4), meðan tey 83-84 ára gomlu bert hava 11-13 tenn (SD=7,0). Her sæst, at jú eldri tú ert, jú færri tenn hevur tú. Tann elsti bólkurin hevur fægst tenn ($p<0,005$), hóast tað eru so fá ár í millum bólkarum. Høgur aldur er vandatáttur fyri at missa tenn (18). Tó skal sigast, at teir yngru bólkarir kanska hava havt betri móguleika fyri tannrøkt gjøgnum lívið, og tí hava fleiri tenn.

Mynd 7. Tal av tonnum í mun til aldur á luttakarum við tonnum (% av 231 fólki)

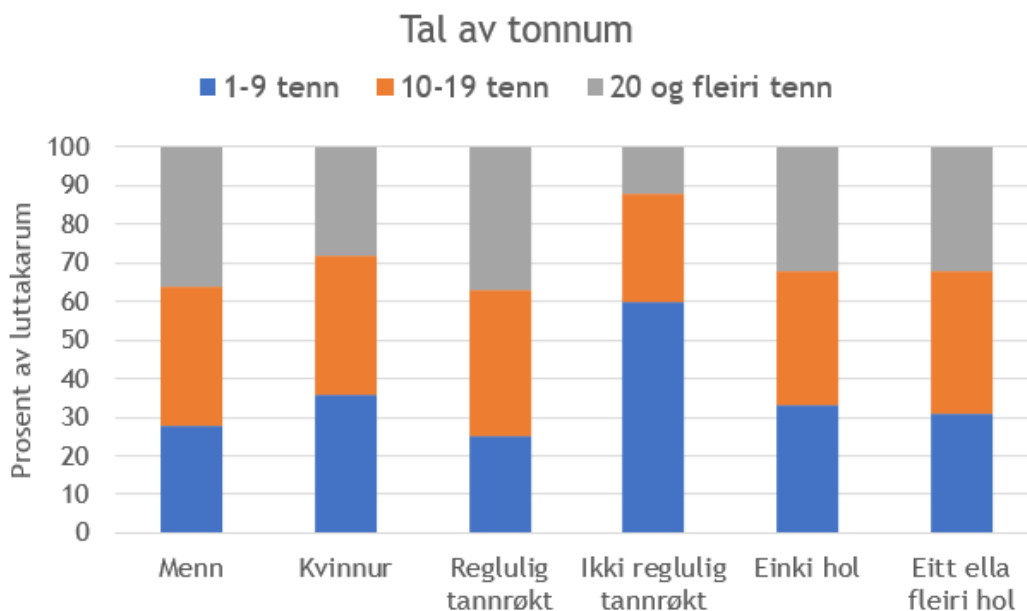


Mynd 8 vísir, at næstan eingin munur er á, hvussu nógv tenn kvinnur og menn hava. Harafturímóti er týðiligur munur á, hvussu nógv tenn tú hevur, um tú gongur regluliga til tannrøkt. Sum áður nevnt, gongur størsti parturin regluliga til tannrøkt (81%), og her sæst, at næstan øll við 20 og fleiri tonnum (93%), og størsti parturin av teimum við 10-19 tonnum (85%), ganga regluliga til tannrøkt. Harafturímóti er góður triðingur (37%) av teimum við fægst tonnum, ið ikki gongur regluliga (hagfrøðiligur munur millum tey við fægst tonnum og hinar báðar bólkarum, $p<0,001$). So úrslitini benda á, at eldri við færri tonnum eru í vanda fyri verri munn- og tannheilsu, tí tey ikki síggjast regluliga av yrkisfólki innanfyri tannrøkt. Hetta er ikki óvæntað, kanska tí tey ongantíð hava gingið regluliga, og tí hava fáar tenn, ella tí at færri tenn ein hevur, minni heldur ein, at tað er neyðugt at ganga regluliga.

Ein triðingur (32%) av luttakarunum hava eina ella fleiri tenn við hol, og her er ikki serligur munur á, hvussu nógv tenn tú hevur. Hetta gevur illgruna um, at tað í heila

tikið er torfærari at halda tenninar, tá tú verður eldri, óansæð um tú hefur hildið tenninar væl gjøgnum lívið fram til aldurdom. Tað samsvarar við úrslit frá altjóða gransking (18).

Mynd 8. Tal av tonnum í mun til kyn, tannrøkt og hol (% av 231 fólki)



Niðurstøða:

Tey flestu ganga regluliga til tannrøkt (81%), men millum tey við færri tonnum er størri partur, ið ikki gongur regluliga (37%). Ein triðingur (32%) hefur eitt ella fleiri hol, og hetta er óheft av, hvussu nógvar tenn tú hefur.

Samanumtikið vísa úrslitini, at øktur vandi er fyri:

- at hava færri tenn, eldri tú ert
- at um tú hefur fáar tenn, gongur tú ikki regluliga til tannrøkt
- at hava hol sum eldri, óansæð um tú hefur fáar ella nógvar tenn

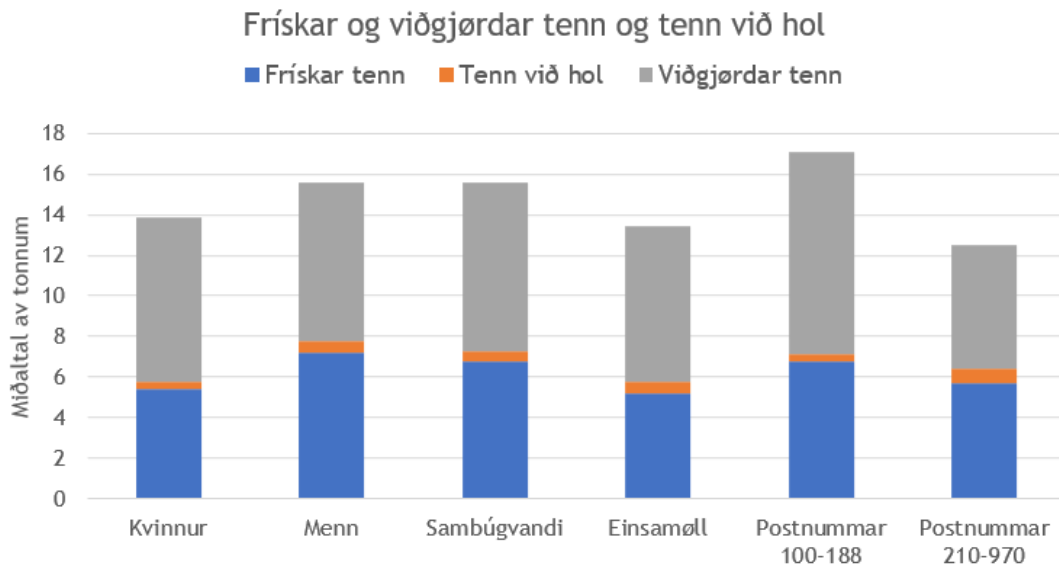
Støðan á tonnum

Fyri at meta tannheilsuna verður eisini hugt at, hvussu nógvar frískar tenn eru (tenn sum ongantíð hava havt hol ella fingið viðgerð), hvussu nógvar tenn hava havt tørv á viðgerð (hava fylling, krúnu e.l.), og hvussu nógvar eru sjúkar nú (hava hol). Sum heild er galdandi at jú fleiri frískar tenn tú hefur, jú betri er tannheilsan, men hjá eldri fólki, sum hava livað eitt langt lív, hava tenninar ofta fingið viðgerð áður, og tí hava eldri fólk í stóran mun nógvar viðgjørðar tenn. Myndirnar 9, 10 og 11 vísa, hvussu nógvar tenn luttakarnir hava í miðal í hvørjum bólki (stabbinn sum heild), og hvussu hetta býtið er ímillum frískar tenn (bláur partur), tenn við onkrari viðgerð (gráur partur) og tenn við hol (appelsingulur partur).

Mynd 9 vísir, hvussu býtið er millum miðtalt av frískum, viðgjørdum tonnum og tonnum við hol. Hyggja vit at hagfrøðiligum muni, hava menninir fleiri frískar tenn enn kvinnurnar (7,2 tenn, SD=4,7 í mun til 5,4 tenn, SD=3,6, $p<0,001$). Luttakararnir, sum búgva einsamallir, hava færri frískar tenn enn teir, sum búgva saman við onkrum (5,2, SD=3,8 í mun til 6,8 tenn, SD=4,4, $p<0,005$). Tey, ið búgva í Suðurstreymoy, hava færri tenn við hol (0,3 tenn, SD=0,7 í mun til 0,7 tenn, SD=1,1, $p=0,005$) men fleiri viðgjørdar tenn (10,0 tenn, SD=5,2 í mun til 6,1 tenn, SD=4,9, $p<0,001$). Tey hava eisini fleiri tenn í heila tikið (17,2 tenn, SD=7,5 í mun til 12,8 tenn, SD=7,0, $p<0,001$).

Bústaðurin vísir seg at hava týðning fyri bæði hvussu nógv hol, og hvussu nógv frískar tenn tú hevur. Hetta er í samsvar við úrslit av kanninum aðrastaðni (16), har tannheilsan er betri í stórbýarøkjum. Orsøkin er allarhelst millum annað, sum áður nevnt, betri atgongd til tannrøkt og betri inntøku. Tey, ið búgva saman við onkrum, hava eisini fleiri frískar tenn, enn tey sum búgva einsamøll. Orsøk kann t.d. vera, at man ávirkar hvønn annan til at ansa betri eftir sær sjálvum og hjálpir hvørjum øðrum á ymiskan hátt. Einkjur og einkjumenn kunnu eisini hugsast at hava minni orku at ansa eftir sær sjálvum, eftir t.d. at hava mist makan.

Mynd 9. Miðtalt av frískum og viðgjørdum tonnum og tonnum við hol í mun til kyn, bústaðarstöðu og bústað (231 fólk)

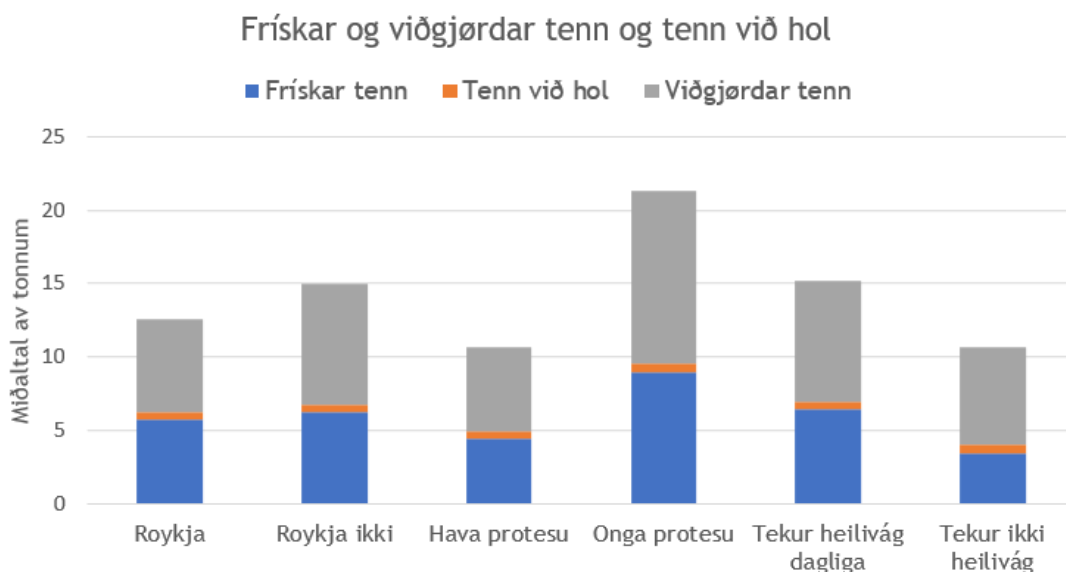




Bert 7% av teimum við egnum tonnum siga seg roykja, og í mun til tannstöðuna er ikki hagfrøðiligur munur millum roykjarar og ikki-roykjarar (mynd 10). Luttakararnir, sum hava protesur, hava færri tenn í miðal enn tey uttan protesu (10,8 tenn, SD=5,7 í mun til 21,5 tenn, SD=5,1, $p<0,001$). Tey hava eisini færri frískar tenn (4,5 tenn, SD=3,1 í mun til 9,0 tenn, SD=4,4, $p<0,001$) og færri viðgjørdar tenn (5,7 tenn, SD=4,3 í mun til 11,7 tenn, SD=4,8, $p<0,001$). At protesuberarir hava færri tenn og færri frískar tenn er ikki óvæntað. At tey eisini hava færri viðgjørdar tenn kann vera tí at endaliga viðgerðin oftari er enda við tanntøku, so tonnin nú manglar ístaðin.

Bert 20 av 208 luttakarum svaraðu, at tey ikki taka heilivág dagliga. Tey, ið taka heilivág dagliga, hava fleiri frískar tenn (6,5 tenn, SD=4,2 í mun til 3,5 tenn, SD=3,8, $p<0,005$), enn tey, sum ikki taka heilivág. Gransking hevur víst, at tekur tú hond um tína heilsu, umfatar tað ofta tannheilsuna eisini (19). Ein onnur orsök, ið tó kann hava týðning fyri hagfrøðiligu greiningini er, at bólkurin, ið ikki tekur heilivág, er so nógv minni.

Mynd 10. Miðdaltal av frískum og viðgjørdum tonnum og tonnum við hol í mun til royking, protesu og heilivágsnýtslu (231 fólk)



Luttakararnir eru millum annað spurdir, um teir ganga regluliga til tannrøkt, um teir eru nøgdir við teirra tenn ella protesu, um tenninar eru versnaðar tey seinastu 10 árinum, og um tey hava trupulleikar við at tyggja (mynd 11). Tá samanborið verður við støðuna á tonnum sæst, at tey, sum svara ja til regluliga tannrøkt, hava nógv fleiri tenn enn tey, sum ikki ganga regluliga (16,3 tenn, SD=7,2 í mun til 9,5 tenn, SD=6,8, $p<0,001$), eisini hava tey fleiri frískar (6,5 tenn, SD=4,3 í mun til 5,1 tenn, SD=4,0, $p<0,001$) og færri tenn við hol (0,4 tonn, SD=0,7 í mun til 1,0 tonn, SD=1,4, $p<0,001$). Hetta vísir, at sjálvt í høgum aldri er reglulig tannrøkt umráðandi fyri at halda tær tenninar frískar, ein hefur. Tó skal sigast, at sum áður víst eru tað í størri mun tey, ið hava nógv tenn, sum ganga regluliga til tannrøkt, og tey hava eisini tikið sær betri av tonnum gjøgnum lívið.

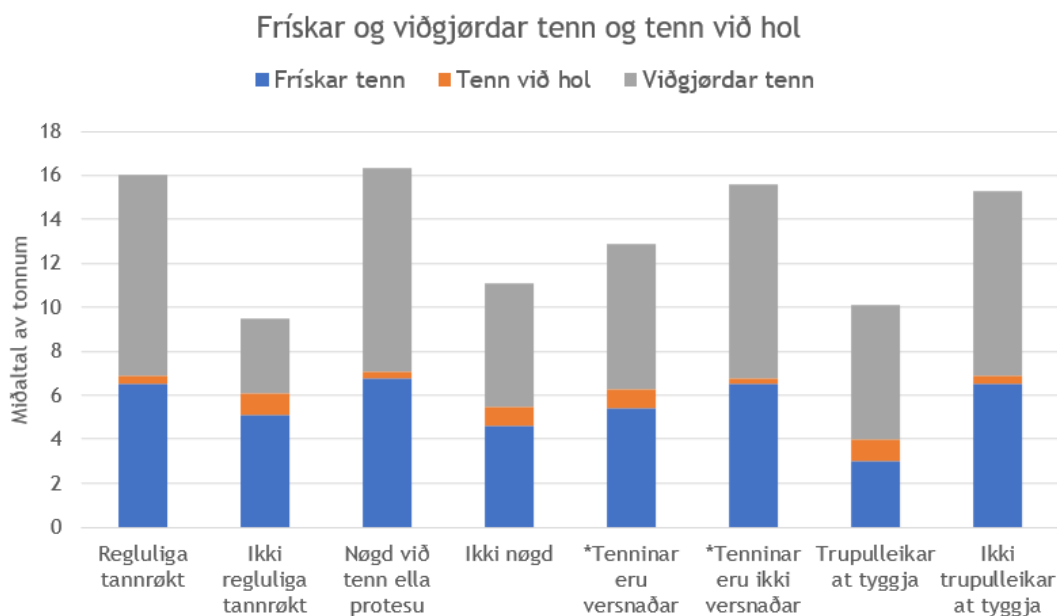
Tey, sum eru nøgd við sínar tenn ella protesur, hava fleiri tenn sum heild (16,3 tenn, SD=7,6 í mun til 11,5 tenn, SD=6,9, $p<0,001$), færri við hol (0,3 tonn, SD=0,6 í mun til 0,9 tonn, SD=1,2, $p<0,001$) og fleiri frískar (6,6 tenn, SD=4,4 í mun til 4,6 tenn SD=3,6, $p<0,001$). Um tenninar eru frískar og virka væl, er eisini lættari at vera nøgdur við tær, og sum áður nevnt sita protesur betri, um ein hefur fleiri og góðar tenn.

Tey, ið sjálvi halda, at tenninar eru versnaðar tey seinastu 10 árinum, hava fleiri tenn við hol (0,9 tonn, SD=1,2 í mun til 0,3 tonn, SD=0,6, $p<0,001$) og fleiri viðgjørdar tenn (8,8 tenn, SD=5,4 í mun til 6,6 tenn, SD=5,2, $p=0,003$). Tey, ið hava trupulleikar at tyggja mat, hava fleiri tenn við hol (1,0 tonn, SD=1,5 í mun til 0,4 tonn, SD=0,7, $p=0,005$) og færri frískar tenn (3,0 tenn, SD=3,3 í mun til 6,5 tenn, SD=4,2, $p<0,001$). Tað hongur væl saman við at tyggiførleikin versnar tá tenninar fækkast. Tað er eisini góður møguleiki fyri, at viðgjørdar tenn eru verri fyri enn frískar tenn.

Sjálvmett tannheilsa vísir seg oftast at vera eftirfarandi (13), hóast tað í summum førum kann vera ringt at føla sjúkur ella trupulleikar í munninum. Okkara úrslit vísa eisini, at tann sjálvmetta tannheilsan hjá eldri føroyingum er eftirfarandi. Tey 10%, ið roykja, hava færri tenn enn ikki-roykjarir, men her er ikki hagfrøðiligur munur.

Ein orsök kann vera, at støddin á bólkunum er so ymiskur. Ein onnur orsök kann vera, at umleið helvtin av luttakarunum hava roykt fyrr, og hetta kann hava ávirkað tannheilsuna hjá summum av teimum, sum eru hildin uppát.

Mynd 11. Miðtalt av frískum og viðgjørdum tonnum og tonnum við hol í mun til tannrøkt, nøgdsemi og tyggitrupulleikar (231 fólk)



*Eru tenninar versnaðar tey seinastu 10 árin

Niðurstøða

Tey, ið ikki ganga regluliga til tannrøkt ella eru ónøgd við tenn ella protesur, hava verri tannheilsu. Hetta er eisini galdandi fyri tey, ið halda at tenninar eru versnaðar seinastu 10 árin ella hava trupulleikar við at tyggja. Fá av teimum eldru roykja, og her er ikki hagfrøðiligur munur á, hvussu tannstøðan er millum roykjarar og ikki-roykjarar.

Samanumtikið er størri vandi fyri:

- at hava hol og færri frískar tenn, um tú býr uttanfyri Suðurstreymoy
- at hava hol og færri frískar tenn, um tú ikki gongur regluliga til tannrøkt
- at hava hol, um tú ikki ert nøgd við tínar tenn, ella heldur at tenninar eru versnaðar tey seinastu árin
- at hava færri frískar tenn, um tú býr einsamallur ella ert kvinna
- at hava færri frískar tenn, um tú hevur tyggitrupulleikar, hevur protesu ella ikki tekur heilivág fleiri ferðir um vikuna

Tannhaldið

Tekin um tannhaldssjúku (paradentosu) eru her mett sum tannkjøtsbruni, tannkjøtslummar 4 mm ella djúpari og leysar tenn. Tannkjøtsbruni er mettur út frá støðum sum bløða, tá tannkjøtslummar verða máldir. Tá rættiligur bruni er í tannkjøtinum, sæst oftast bløðing, um tannkjøtið verður ávirka, t.d. tá man bustar tenn, ella tá lummarnir verða máldir. Tí kann bløðing brúkast sum eitt tekin um bruna. Tannkjøtslummar verða máldir í millimetrum. Vanligvis er eitt lítið glopp millum tonn og tannkjøt, har tannkjøtið ikki er fest í rótserkin, men verður hetta gloppi djúpari enn 3,5 mm, verður tað mettt sum tannhaldssjúka. Leysar tenn koma av, at tannhaldið svinnur rundan um tonna.

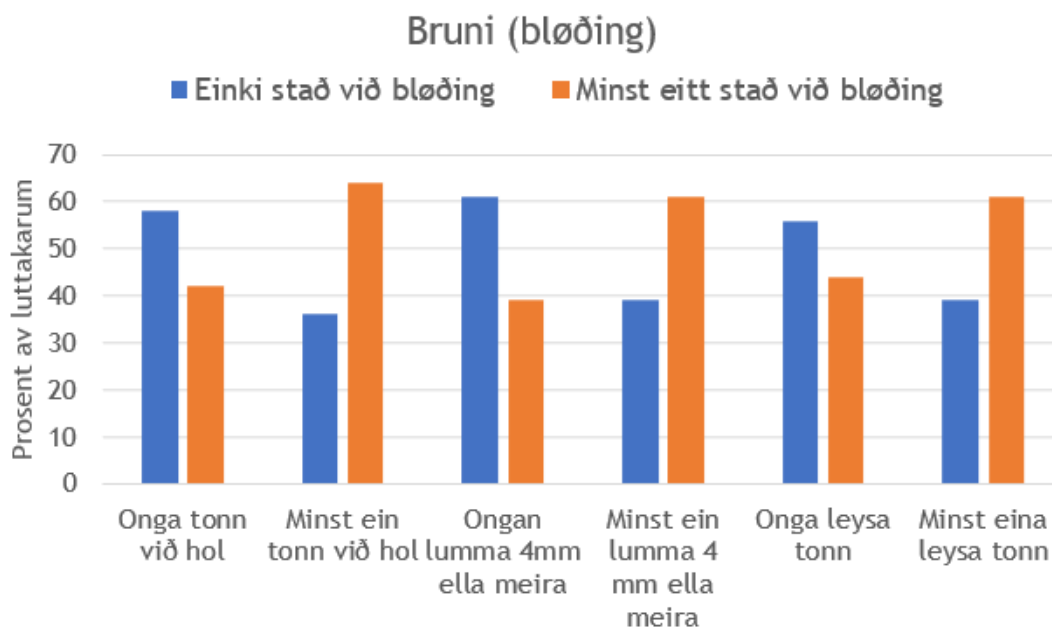
Tannhaldssjúkutekin sum tannkjøtsbruni og djúpir tannkjøtslummar eru rættiliga vanligar hjá eldri fólki (14), og tað vísir seg ikki at vera øðrvísi í Føroyum. Umleið helvtin av luttakarunum hava eitt ella fleiri støð við tannkjøtsbruna (49%) og eitt ella fleiri støð við djúpum lummum (45%).

Bruni (bløðing í tannkjøtinum)

Tannsjúka (hol) og tannhaldssjúka (paradentosa) eru hvør sítt og umfevna hvør sín vevna í munninum, men samanhangur kann vera, tí í báðum førum eru smáverur orsök til, at sjúkan byrjar. Brunni í tannkjøtinum kann vera fyrsta tekin uppá tannhaldssjúku, og samanhangurin kann síggjast við, at skón við smáverum sleppur at sita í frið á tonnini og gera hol, men situr aloftast niður móti tannkjøtinum, so bruni kemur í her. Tannkjøtsbruni verður mettur at verða meira bráfeingis sjúka, tí brunatekin kunnu koma og fara, ímeðan djúpir tannkjøtslummar eru meira varandi árin vegna bruna í tannhaldinum. Hevur tú tannkjøtsbruna og djúpar lummar, er hetta tekin um meira umfatandi tannhaldssjúku. Hevur tú eisini leysar tenn, er sjúkan meira álvarslig, tí so er tannhaldið svunnið so nógv, at tað ikki klárar at halda tonnini fastari longur.

Úrslitini í mynd 12 vísa sambandið millum tannkjøtsbruna og tannsjúku (hol), og bruna og onnur tannhaldssjúkutekin (djúpir lummar og leysar tenn). Her sæst, at lutfalsliga fleiri, ið hava eina ella fleiri tenn við hol, hava eisini eitt ella fleiri støð við tannkjøtsbruna (64% í mun til 42%, $p=0,002$). Fleiri, ið hava djúpar lummar (61% í mun til 39%, $p=0,002$), og fleiri, ið hava onkra leysa tonn (61% í mun til 44%, $p<0,05$), hava eisini meira bruna, í mun til tey, ið ikki hava lummar ella leysar tenn.

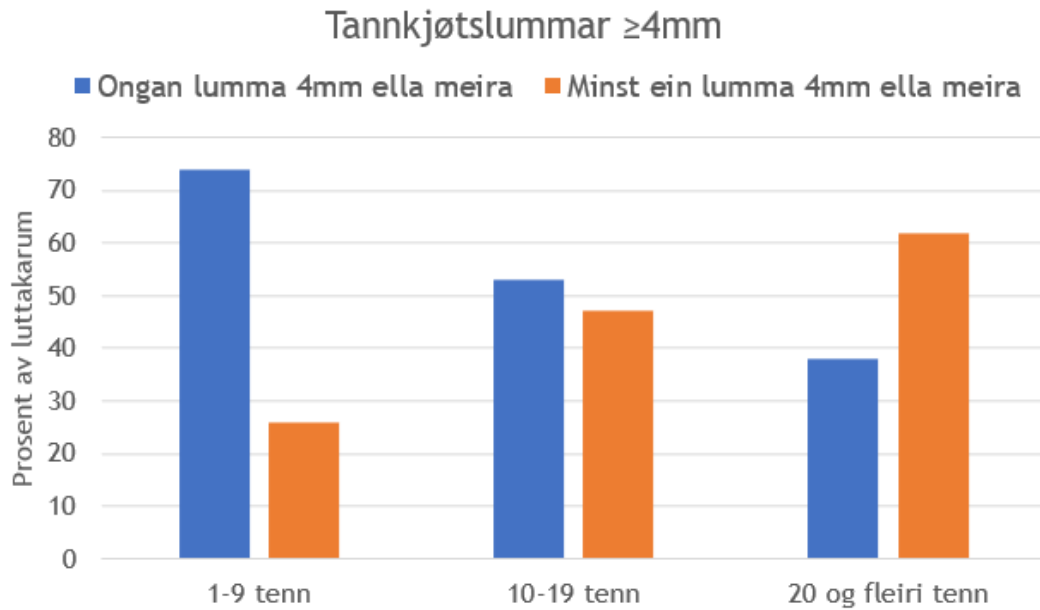
Mynd 12. Bruni (bløðing) í mun til tannsjúku (hol), og onnur tannhaldssjúkutekin (paradentosa og leysar tenn) (% av 231 fólk)



Tannkjøtslummar

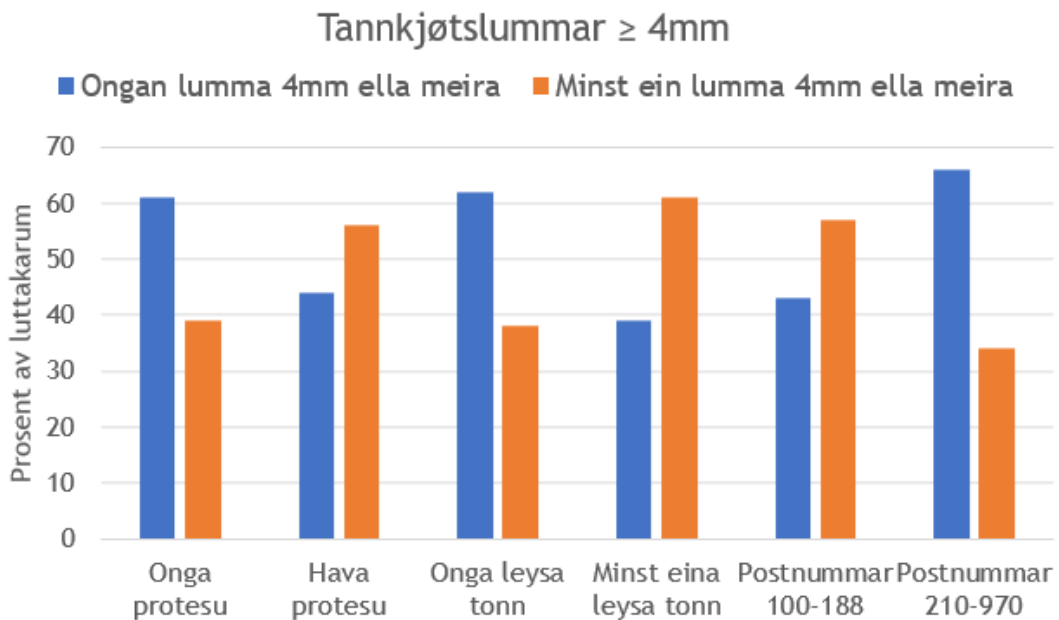
Á mynd 13 sæst, at tað eru fleiri við djúpum lummum millum tey við nógvum tonnum, og serliga millum tey við flest tonnum ($p < 0,001$). Hetta vísur, at tað er øktur vandi fyri at hava paradentosu, um tú hevur fleiri tenn. At vandin økist hjá teimum eldri fyri at hava paradentosu, tá tey hava fleiri tenn, er sera ørkymlandi, men tíverri ikki ókent (20). Hetta er eitt tekin um, at tað er verri hjá eldri at røkja sínar tenn. Tey eldru í dag hava í nógv størri mun sínar egnu tenn, tí tey hava brúkt orku og tíð uppá at halda tenninar gjøgnum lívið, so hesin vandabólkur kann vaksa í framtíðini, men tey komandi eldru, hava tó í størri mun havt betri atgongd til tannrøkt.

Mynd 13. Tannkjøtslummar 4mm ella meira í mun til tal av tonnum (% av 231 fólk)



Úrslitini vísa eisini at í mun til tannkjøtslummar hevur tað týðning, um tú hevur protesu, eina ella fleiri leysar tenn, og hvar tú hevur bústað (mynd 14).

Mynd 14. Tannkjøtslummar 4mm ella meira í mun til protesu, leysar tenn og bústað (% av 231 fólk)



Tað eru lutfalsliga fleiri av luttakarunum uttan protesu, ið hava djúpar tannkjøtslummar (56% í mun til 39%, $p=0,01$). Eisini fleiri av teimum, ið búgva í Suðurstremoy (57% í mun til 34%, $p<0,001$) hava fleiri djúpar lummar. Ein orsök er nokk, at hesir bólkar hava lutfalsliga nógvar tenn, og tí eisini hava djúpar lummar (smb. mynd 13) . Eisini tey ið hava onkra leysa tonn (61% í mun til 38%, $p=0,002$), hava fleiri djúpar lummar. Hevur tú onkra leysa tonn, so er tað sum sagt oftast orsaka av álvarsligari tannhaldssjúku, og tí gevur tað góða meining, at tey ið hava onkra leysa tonn, eisini hava djúpar lummar.

Niðurstøða:

Fleiri, ið hava tannkjøtsbruna, hava eisini hol og tekin til paradentosu. Næstan helvtin av teimum eldru hava tekin til paradentosu, og hetta er ein stórir partur, men støðan er umleið tann sama, tá sammet verður við td. Danmark (21). Fleiri av teimum, ið hava nógvar tenn, hava paradentosu, í mun til tey við færri tonnum.

Samanumtikið er størri vandi er fyri:

- **at hava tannkjøtsbruna um tú hevur hol**
- **eisini at hava paradentosu, um tú hevur tannkjøtsbruna**
- **at hava paradentosu um tú hevur nógvar tenn**

Reinføri í munninum

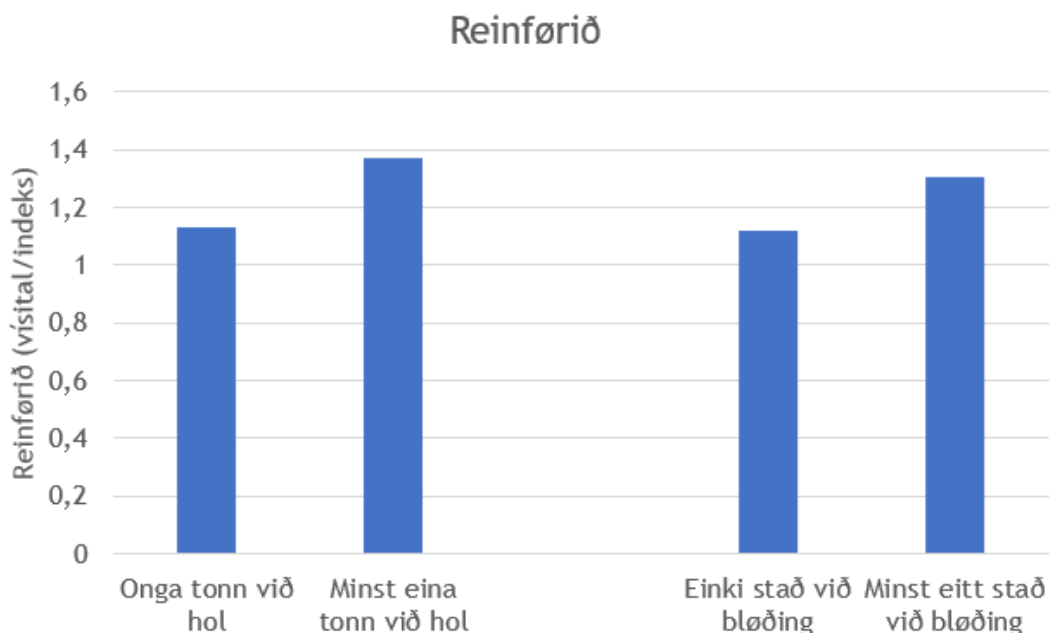
Reinføri í munninum hevur alstóran týðning fyri tannheilsuna, men vísir seg ofta at vera verri at halda, tá ein verður eldri. Verri førleiki, sjúka og sjúkuviðgerð eru nakrar av orsökunum til tess. Tannbusting og reingerð millum tenninar er tann mest umráðandi hátturin at halda munnin reinan við, tí hetta tekur skón og smáverur burtur frá tonnum og tannkjøtinum; og skón og smáverur eru orsök til tann- og tannhaldssjúkur.

Her verður reinførið roknað sum eitt indeks (vísital), har tonnin við mest skón er skrásett (mynd 2), í hvørjum av teimum 6 pørtunum í munninum (mynd 1). Hesi tøl verða lögð saman og býtt í 6, sum er indekstalið fyri reinførið. Størri talið er, verri er reinførið, og talið kann í besta føri vera 0 og í ringasta 3,0.

Tey eldri, ið hava hol, hava verri reinføri, enn tey, ið ikki hava hol (1,4 í mun til 1,1, $p<0,001$), og tað sama er galdandi fyri tey, ið hava bruna í tannkjøtinum (1,3 í mun til 1,1, $p<0,001$) (mynd 15). Hetta er ikki so lægið, tí tað er skón við smáverum, sum er orsøkin til bæði hol og tannkjøtsbruna.

Bara 2% av teimum eldru hava fullfíggjað reinføri, tvs. einki skón á tonnum, og í miðal liggur reinføri á 1,2. Sum heild kann sigast, at tey eldru hava trupult við at halda tenninar heilt reinar.

Mynd 15. Reinførið í mun til hol og tannkjøtsbruna (231 fólk)

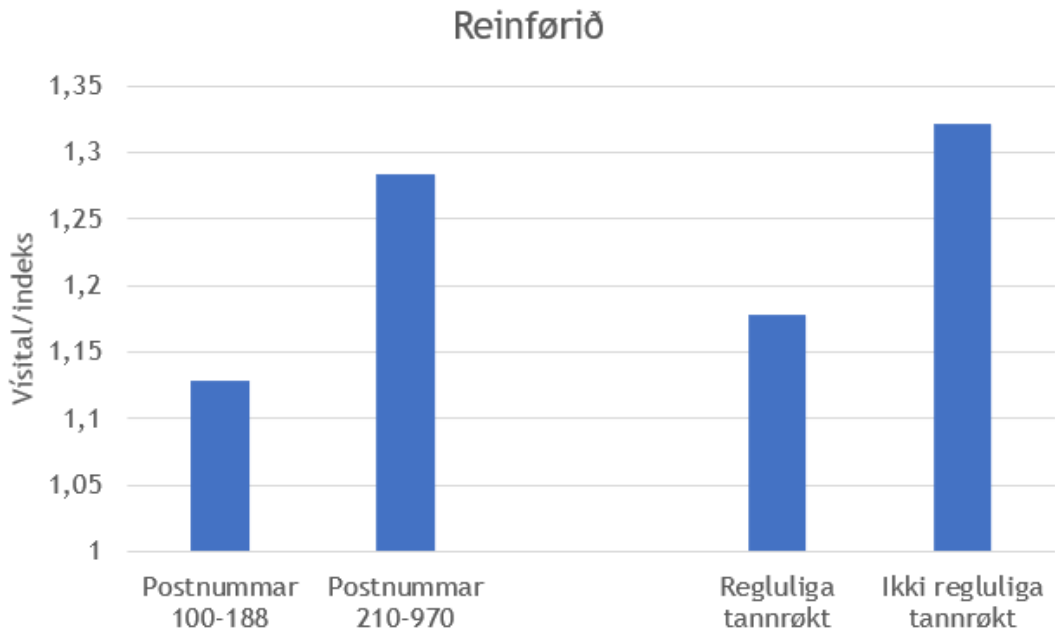


Fólk í Suðurstreymoy hava betri reinføri enn í øðrum partum av Føroyum (1,1 í mun til 1,3, $p < 0,001$) (mynd 16). Eisini sæst, at tey, ið ganga regluliga til tannrøkt (1,2 í mun til 1,3, $p = 0,01$) (mynd 16), tey, ið eru nøgd við sínar tenn og protesur (1,2 í mun til 1,3, $p = 0,005$) og tey, ið ikki halda tenninar eru versnaðar tey seinastu 10 árin (1,1 í mun til 1,3, $p < 0,001$) (mynd 17), eisini hava betri reinføri. Hetta samsvarar væl við áðurnevnd úrslit um at íbúgvar í Suðurstreymoy í miðal hava betri tannheilsu (mynd 9), tí betri reinføri gevur betri tannheilsu og førir við sær, at ein ikki missir sínar tenn.

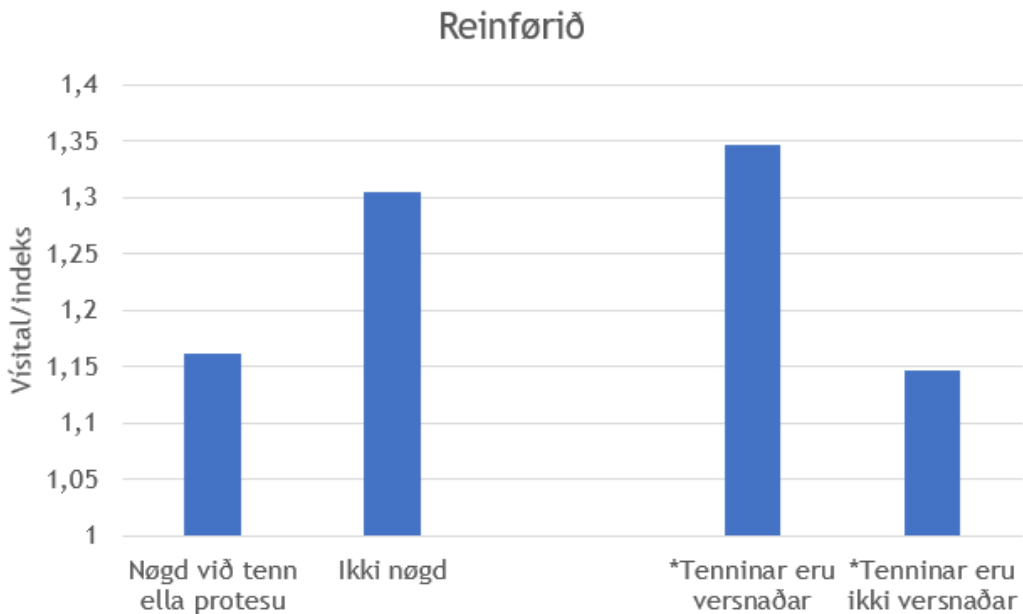
Tó hava úrslitini frammanundan (mynd 14) víst, at tey í Suðurstreymoy hava fleiri tekin uppá paradentosu, so her er samanhagurin ein annar eisini. Sum áður nevnt er paradentosa varandi árin á tannhaldið og verður mett at vera ein kronisk tannhaldssjúka. Orsøkin til, at paradentosa byrjar er smáverur, men at hon heldur áfram er ikki neyðturviliga av smáverum, men tí immunverjan heldur áfram at arbeiða í tannhaldinum og í grundini ger meira skaða enn gagn (22). Tískil kann ein hava gott reinføri, men eisini hava paradentosu. Ein annar vandatáttur er at hava fleiri tenn, tí størri partur av tannhaldinum kann verða rakt av paradentosu, og eldri fólk hava í heila tikið verri við at halda tenninar reinar (5).

Tað er jaligt, at tey, ið ganga regluliga til tannrøkt, hava betri reinføri. Hetta er allarhelst tvíliða, tí um tú hevur regluligt tilknýti til tannrøkt, hugsar tú sjálv meira um tannheilsuna og ger meira í tí dagliga, men eisini verður vegleiðing frá yrkisfólki fylgd í ein ella annan mun. Eisini sæst, at tey, ið eru væl nøgd við sínar tenn og protesur, hava betri reinføri. Hetta kann hanga saman við, at tey ígjøgnum lívið hava ansa væl eftir tonnum, tí tey, ið eru nøgd við sínar tenn ella protesur, hava eisini fleiri og betri tenn (mynd 11). Harafturímóti hava tey, sum sjálvi halda at tenninar eru versnaðar seinastu árin, verri reinføri. Hetta hongur væl saman við, at tannheilsan verður verri, um reinførið ikki er gott, og úrslitini hava eisini víst, at tey ið halda tenninar eru versnaðar, hava fleiri tenn við hol (mynd 11).

Mynd 16. Reinfærið í mun til bústaðarøki og tannrøkt (231 fólk)



Mynd 17. Reinfærið í mun til nøgdsemi og sjálvmetta tannheilsu (231 fólk)



*Eru tenninar versnaðar tey seinastu 10 árin

Niðurstøða:

Tey ið ganga regluliga til tannrøkt ella eru nøgd við sínar tenn, hava betri reinføri. Fólk í Suðurstreymoy hava eisini í miðal betri reinføri enn fólk í restini av Føroyum. Harafturímóti hava tey, ið halda at tenninar eru versnaðar tey seinastu árin, verri reinføri enn tey ið ikki halda tenninar eru versnaðar.

Samanumtikið er størri vandi fyri:

- at tú hevur hol ella bruna í tannkjøtinum, um tínar tenn ikki eru reinar
- at tínar tenn ikki eru reinar, um tú ikki gongur regluliga til tannrøkt, ella um tú býr uttanfyri Suðurstreymoy
- at tínar tenn ikki eru reinar, um tú ikki ert nøgd við tenninar, ella um tú heldur tínar tenn eru versnaðar seinastu árin



Eftirmeting

Eingin tannheilsukanning er áður gjörd av eldri føroyingum, og hendan kanningin er fyrsta av sínum slag, har sambandið millum tannheilsuna hjá eldri føroyingum og tannheilsuvarnar, heilsuumstøður og sosial viðurskifti verður kannað. Ein av styrkjunum í hesi kanning er, at so stórir partur av teimum 80 til 84 ára gomlu búgvandi í Føroyum í 2018, er umboðaður í kanningini. Hesi hava øll luttikið í Sjeytiára kanningini, og av tí at tannheilsukanningin er partur av almennu heilsukanningini, eru nokk fleiri við, sum ikki høvdu luttikið, um kanningin bert snúði seg um munn- og tannheilsu.

At kanningarstøðir vórðu settar upp í 7 ymiskum støðum í Føroyum hevur ført við sær, at meginparturin av landinum er umboðaður, tí at fólk uttanfyri Havnina eisini hava havt lættari við at mæta.

Kynsbýtið í kanningini (49% eru kvinnur) er eitt lítið sindur øðrvísi enn í landinum, har 54% eru kvinnur í hesum aldursbólukum. Hagfrøðiligi munurin millum kvinnur og menn í kanningini er, at kvinnur ganga meira regluliga til tannrøkt, men at menn hava lutfalsliga fleiri frískar tenn, sum størri kanning gjörd í Danmark eisini vísur (19).

Royking, ið er vandatáttur fyri verri tannheilsu, stendur ikki hagfrøðiliga fram í øðrum samanhøgum enn hjá teimum, sum mangla tenn. Orsøkin til tað kann vera, at so fáir roykjarir eru, men eisini at næstan helvtin av luttakarunum høvdu roykt fyrr, og tí kunnu hava árin av hesum.

Luttakararnir eru eldri fólk, ið helst eru rættiliga væl fyri ella hava avvarðandi við orku til at stuðla teimum í at luttaka, hetta tí luttøka hóast alt krevur, at ein fyrst meldar til og útfyllir spurnablað áðrenn sjálva kanningina, og síðani mætir á kanningarstaðnum til eina umfatandi heilsukanning, ið tekur umleið 3 tímar. Fyrimunurin her er tó, at hesi somu hava luttikið í líknandi kanning 10 ár frammanundan, og tí hava innlit í hvat tað inniber. Tey, ið ikki vóru før fyri at koma á staðið, kundu gera avtalu um eina kanning í heimum, men hetta hava bert 3 luttakarir tikið av í mun til tannheilsukanningina. Av tí at tey eru so fá, og at kanningin varð tann sama óansæð, er ikki gjördur munur á, um kanningin er gjörd á kanningarstaðnum, ella í heimum.

Nýggj donsk kanning gjörd um tilknýti til tannrøkt hjá eldri fólk (17) vísir, at serliga sjúka, sjúkuviðgerð, sárligir trupulleikar og innlegging eru umstøður, sum gera at tú ikki longur hevur tilknýti til tannrøkt. Her sæst eisini, at meira røktarkrevjandi eitt eldri fólk er, minni er nýtlan av vanligari tannrøkt. Í hesi frágreiðing eru ymsu sjúkurnar hjá teimum eldru ikki tiknar við, men hetta verður óivað áhugavert at kanna og fer at verða við í komandi vísindaligum greinum. Tað er tó rættiliga sannlíkt, at tað eisini er galdandi í Føroyum, at tilknýti hjá eldri fólk til tannrøkt er treyta av, hvussu sjúkur man er. Her skal tó sigast, at hesi eldri allarhelst eru lutfalsliga væl fyri, og tí staðfestur hendan frágreiðingin einki um støðuna hjá teimum veikastu eldri, har trupulleikarnir væntandi eru størri fyri ein part av teimum.

Tannheilsukanningin er sera viðfevandi, og allir tannflatar, bæði krúnu- og rótflatar, eru kannaðir har tað bar til. Eisini er hvør síða á øllum tonnum máld fyrri djúpar tannkjøtslummar. Kanningarhátturin og avmarkaða kanningartíðin kunnu tó hava við sær undirmeting av tann- og tannhaldssjúkum. Hetta tí, at kanningin er framd við pannulampu, uttan súgv og á eini briks, sum ikki er besti háttur at kanna tenn og tannhald. Ein neyv kanning av tonnum og tannhaldi vil eisini í summum førum krevja longri tíð enn tað, ið var avsett. Røntgenmyndir eru ikki tiknar, sum annars kunnu vísa umstøður sum ikki síggjast kliniskt, og tenninar vóru ikki reinsaðar áðrenn kanning, so har nógvar skón ella matrestir lógu, kundi tonninn ikki skrúsetast.

Niðurstøða

Tannheilsan er sum heild góð sammett við grannalond og meginparturin (81%) gongur regluliga til tannrøkt. Úrslitini vísa á, at tey eldru í Føroyum hava í stóran mun egnu tenn, og bert 28% eru tannleys, og tey hava øll eina ella tvær protesur. Í miðal hava tey við tonnum 15 tenn. Hóast hetta, hevur stórir partur av teimum eldru tannkjøtsbruna (49%), paradentosu (45%) og hol (33%). Tað eru tó serligir bólkar av eldri føroyingum, ið eru í vanda fyrri verri tannheilsu:

1. Aldur
 - a. Tey elstu hava færri tenn samanumtikið
2. Bústaðarøki (Suðurstreymoy í mun til restina av landinum)
 - a. Fleiri eldri, ið búgva uttanfyri Suðurstreymoy, eru tannleys
 - b. Fleiri, ið búgva uttanfyri Suðurstreymoy, hava hol, færri tenn og verri reinføri
 - c. Fleiri, ið búgva í Suðurstreymoy, hava nógvar tenn, og fleiri hava paradentosu
3. Sosial viðurskipti
 - a. Eldri kvinnur og tey, ið búgva einsamøll, hava færri frískar tenn
4. Tannrøkt
 - a. Fleiri av teimum, uttan tenn og teimum við fáum tonnum, ganga ikki regluliga til tannrøkt
 - b. Fleiri av teimum, ið ikki ganga regluliga til tannrøkt, hava hol og verri reinføri
5. Tann- og tannhaldsstøða
 - a. Næstan tíggindi hvør eldri hevur ikki eitt virkisfært tannsett (20 tenn), og meira enn ein tíggindapartur hevur tyggitrupulleikar
 - b. Fleiri av teimum, ið hava tyggitrupulleikar ella hava protesu, hava færri frískar tenn
 - c. Triði hvør hevur eitt ella fleiri hol, helvtin hevur tannkjøtsbruna og 45% hava djúpar tannkjøtslummar
 - d. Ein fimtingur fólir seg turran í munninum
 - e. Fleiri av teimum, ið hava tannkjøtsbruna, hava eisini hol og paradentosu

- f. Fleiri eldri, ið hava nógvar tenn, hava eisini paradentosu
 - g. Fleiri, ið hava verri reinføri, hava hol og tannkjøtsbruna
6. Sjálvmett tannheilsa
- a. Fleiri av teimum eldru, ið eru ónøgd við sínar tenn ella protesur, og tey, ið meta at tenninar eru versnaðar, hava hol og verri reinføri

Tilmæli

Kanningin vísir, at á ávísum økjum er størri vandi fyri verri tannheilsu, og tí meta vit, at tað er umráðandi:

1. At hava í huga at tey eldru hava meira tannsjúku og tannhaldssjúku, og at tey hava verri við at halda tenninar reinar
2. At tryggja at tey eldru kunnu ganga regluliga til tannrøkt fyri at minka um vandan fyri verri tannheilsu og fyri at staðfesta sjúkur í munninum skjótast tilber. Hetta fevnir eisini um tey, ið ongar tenn hava
3. At tryggja eins atgongd til tannrøkt, uttan mun til hvar í landinum ein býr
4. At økja vitanina um týðningin av góðum reinføri hjá teimum eldru

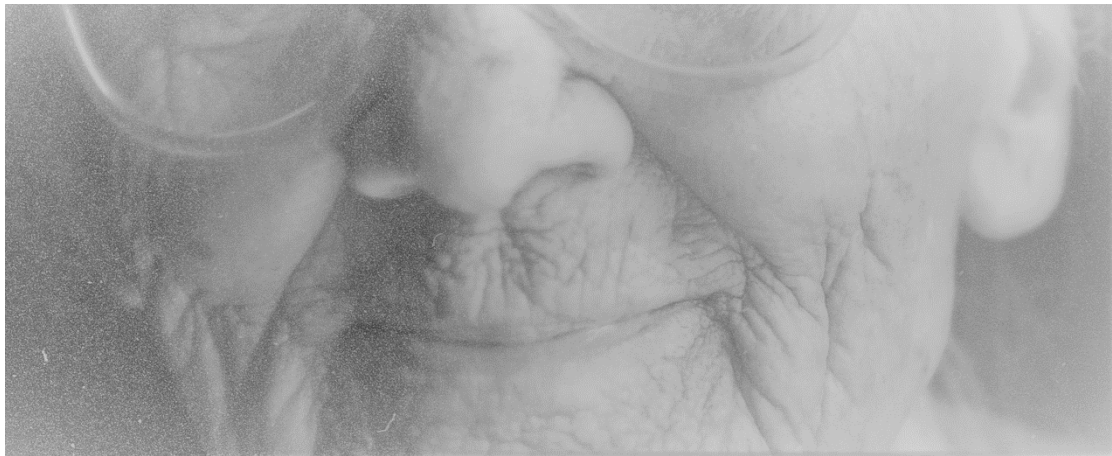
Serligur dentur eigur at verða lagdur á, at tey eldru, í nógvum førum, ikki sjálvi kunnu taka ábyrgd av hesum. Tí er altavgerandi, at føroyskir myndugleikar eru varugir við, at hendan ábyrgd heilt ella partvís má takast yvir eftir tørvi, eins og fyri aðrar partar av eldra- og røktarøkinum.

Samantikið vísa altjóða kanningar og vísindaligar bókmentir, at framgongdin í tannheilsuni sum heild hjá eldri fólki letur til at halda áfram. Tey eldru hava í størri mun sínar egnu tenn, men vandi er fyri, at tannheilsan versnar við aldrinum, og orsøkirnar eru nógvar og ymiskar. Hesar koma sjáldan bráðliga, men heldur so líðandi við aldrinum. Onkrar orsøkir hava gjørt seg galdandi meginpartin av lívinum, og aðrar taka seg upp meira stigvíst. Tí er fyrbyrging gjøgnum lívið av alstórum týðningi. Tað er staðfest, at sjúkur, sjúkuárin, viðgerð og versnandi førleiki eru týðandi táttar fyri verri tannheilsu hjá eldri, og her eiga tey, ið eru rakt, at fáa hjálp og stuðul til framhaldandi at hava eitt vælvirkandi og nøktandi tannsett. Tað er tí umráðandi, at tey eldru fáa regluliga tannrøkt, og at tey, ið hava tørv, fáa fyrbyrgjandi tannrøkt javnan. Fyrbyrgingin noyðist helst eisini at vera meira nágreinilig og miðvís. Til dømis kann endurnýggjan av áður gjørdum viðgerðum, og tannhaldssjúkuvíðgerð gerast torgreidd vegna ringari heilsu ella versnaðum førleika. Hetta setur størri krøv til føroysku tannrøktarskipanina, og verður helst tann størsta avbjóðingin framyvir.

Av tí, at tað eru so nógvir ymiskir tættir, ið gera seg galdandi í samband við tannheilsu, má hyggjast at tí einstaka fólkinum fyri at gera mun. Tí er sera umráðandi, at ikki bara tannheilsu yrkisfólk, men eisini onnur økir sum heilsu-, almanna- og eldraøkið seta tannheilsuna ovast á breddan og gera samstarv um hetta økið.

Fyri at rækka hesum, er okkara tilmæli, at man eigur at gera eina tannrøktarskipan, sum stuðlar eftir tørvi. Skipanin má rækka um alt landið, men kann til dømis

grundfestast í kommununum, sum aðrar røktarskipanir. Millum annað kann kommunala barnatannrøktin víðkast til eisini at taka hond um tey eldru, sum hava trupult við at nýta vanligu tannrøktarskipanina, ella kommunan ger avtalur við tannlæknar í økinum um hesar uppgávur, eins og man ger í barnatannrøktini. Møguleiki gerst tá fyri at samla serkunnleikarnar á hesum økinum. Teir meira torføru sjúklingarnir eiga so eisini at kunnu ávísast til ein økismiðdepil, t.d. innanfyri Sjúkrahúsverkið, so umstøðurnar geva tryggastu og skilabestu tannrøkt til tey heilsuveiku.



Keldulisti

1. Predictors and correlates of edentulism in healthy older people. Starr JM, Hall R. *Curr Opin Clin Nutr Metab Care*. 2010 Jan;13(1):19-23.
2. Edentulism as part of the general health problems of elderly adults. Polzer I, Schimmel M, Müller F, Biffar R. *Int Dent J*. 2010 Jun;60(3):143-55.
3. Ageing as a risk factor for disease. Niccoli T, Partridge L. *Current Biology:CB* 2012;22(17):R741-52.
4. Ageing as a risk factor for neurodegenerative disease. Hou Y, Dan X, Babbar M, Wei Y, Hasselbalch SG, Croteau DL, Bohr VA. *Nat Rev Neurol*. 2019 Oct;15(10):565-581.
5. Burden of Oral Disease Among Older Adults and Implications for Public Health Priorities. SO, Jones JA, Brunson D et al. *Am J Public Health*. 2012 March; 102(3): 411-418.
6. Diabetes Mellitus and oral health. Kudiyirickal MG, Pappachan JM. *Endocrine*. 2015 May;49(1):27-34.
7. General health and oral health self-ratings, and impact of oral problems among older adults. Brennan DS, Singh KA. *Eur J Oral Sci*. 2011 Dec;119(6):469-73.
8. Caries prevalence in older persons with and without dementia. Ellefsen B, Holm-Pedersen P, Morse DE et al. *J Am Geriatr Soc*. 2008 Jan;56(1):59-67.
9. Oral health of individuals aged 3-80 years in Jönköping, Sweden during 40 years (1973-2013). Norderyd O, Koch G, Papias A et al. II. Review of clinical and radiographic findings. *Swed Dent J*. 2015;39(2):69-86.
10. Demografiske og sociale forandringer samt forekomst af tandsygdomme i den ældre generation - status og udviklinger. Christensen LB et al. *Tandlaegebladet*, 2017;121(1):22-30.
11. Change in oral health status among the institutionalized Norwegian elderly over a period of 16 years. Samson H, Strand GV, Haugejorden O. *Acta Odontol Scand*. 2008;66(6)368-73.
12. Association of the number of natural teeth with dietary diversity and nutritional status in older adults: A cross-sectional study in China. Shen J et al. *J Clin Periodontol*. 2023 Feb;50(2):242-251.
13. Self-rated oral health and frailty index among older Americans. Hakeem FF, Bernabé E, Sabbah W. *Gerodontology*. 2021 Jun;38(2):185-190.
14. Ageing, dental caries and periodontal diseases. López R, Smith PC, Göstemeyer G, Schwendicke F. *J Clin Periodontol*. 2017;44 Suppl 18.
15. Tandplejeprognose 2018-2014. Udbuddet af personale i tandplejen. SST 2019.
16. The association of oral health status and socio-economic determinants with oral health-related quality of life among the elderly: A systematic review and meta-analysis. Baniyasadi K et al. *Int J Dent Hyg* 2021;19:153-165
17. Tandplejeb brug blandt ældre i Danmark - En registerbaseret undersøgelse af ældres brug af tandpleje med fokus på skrøbelighed og brug af omsorgstandpleje. Tapager IW, Westergaard CL. *Vive*, 2022.
18. Global prevalence of edentulism and dental caries in middle-aged and elderly persons: A systematic review and meta-analysis. Borg-Bartolo R et al. *J Dent*. 2022 Dec;127:104335.
19. Sammenhæng mellem oral sundhed og generel sundhed, livsstil, medicinforbrug samt forbrug af tandplejeydelser. Cortsen B. KORA, 2013
20. Prevention and management of periodontal diseases and dental caries in the older adults. Al-Nasser L, Lamster IB. *Periodontol* 2000. 2020 Oct;84(1):69-83.
21. Tandstatus - tandsundhed objektivt og subjektivt vurderet. Cortsen B. DSI, 2012
22. Komorbiditet ved parodontitis. Holm CR et al. *Ugeskr Læger* 2019 Marts;181:V11180758