



Svenska folkets munvårdsvanor

EN RAPPORT FRÅN SUNSTAR GUM

Innehåll:

- sid 3.* Förord
- sid 4.* En tickande folkhälsobomb
- sid 5.* Fakta: inflammation i tandkötet
- sid 6–7.* Sifo-fakta om svenska folkets munvårdsvanor
- sid 8.* Svenskar i norr och göteborgare sämst i klassen på munhygien
- sid 9.* Kvinnor över 50 fräschast i munnen
- sid 10–11.* Andel svenskar som upplevt tandköttsproblem
- sid 12–13.* Tandhygienisten: ”Ett friskare tandkött är möjligt”
- sid 14–15.* Vad innehåller GUM® PAROEX® tandkräm?



Förord:

Munvårdsföretaget Sunstar GUM gav TNS SIFO i uppdrag att genomföra en riksfattande undersökning gällande svenska folkets tandvårdsvanor, attityder till tandhygien, eventuell problematik med fokus på tandkötet och munvård generellt.

Idén med rapporten är att bjuda på intressanta fakta om ett område som vi är starkt engagerade i: svenska folkets tandköttsstatus. Ett syfte med undersökningen var att ta reda på hur stor medvetenheten är kring betydelsen av tandkötet, och hur problem med tandkött kan hanteras.

Undersökningen baseras på ett riksrepresentativt urval bestående av 1 000 intervjuer med respondenter i åldrarna 15 år och uppåt. Intervjuerna har genomförts i SIFO:s onlinepanel med hjälp av en webbaserad enkät.

Undersökningen genomfördes mellan den 30 oktober och 3 november 2014.

Sunstar med varumärket GUM är ett ledande munvårdsföretag i Sverige och säljer sina kvalitetsprodukter till kliniker och apotek sedan början av 1970-talet. Förutom i Sverige säljs GUM-produkter i över 90 länder runt om i världen. Företagets huvudkontor finns numera i Schweiz. Bland GUM:s produkter i Sverige märks tandborstar, Soft-Picks (gummi-stickor för mellanrumsrengöring), tandkrämer och munsölj anpassade efter patienters olika behov. GUM:s produkter finns på apoteken och hos tandvården.

EN TICKANDE FOLKHÄLSOBOMB: *6 av 10 svenskar lider av tandköttetsproblem*

Fler än 6 av 10 svenskar lider av tandköttetsproblem. Det visar resultaten av en undersökning som SIFO gjorde på uppdrag av munvårdsföretaget GUM. Det handlar om ett dolt folkhälsoproblem som i värsta fall kan leda till tandlossning.

- 1 av 10 riskerar att förlora de flesta av sina tänder, säger Per Ramberg, parodontolog och docent på Göteborgs universitet.

6 av 10 svenskar, nära 65 procent, har upplevt problem med sitt tandkött i form av exempelvis blödande, svullet och känsligt tandkött. Det visar en ny undersökning gjord av SIFO på uppdrag av munvårdsföretaget GUM. Det rör sig om ett dolt folkhälsoproblem som kan orsaka mycket lidande och i värsta fall leda till tandlossning.

Svenska folket är heller inte särskilt bra på att ta hand om sin munhälsa, visar samma undersökning. Visserligen borstar 8 av 10 tänderna två gånger om dagen, men sedan tar det stopp. Endast drygt 15 procent gör rent mellan tänderna minst två gånger dagligen och bara 1 av 10 svenskar använder en tandkräm som motverkar tandköttetsproblem. Lättja och glömska anger många respondenter som skäl, men framför allt svävar de allra flesta i ovisshet:

- Kunskapen är anmärkningsvärt låg hos svenska folket om betydelsen av ett friskt tandkött. Svenskar fokuserar traditionellt på karies och håll medan skötsel av tandköttet

lätt glöms bort. Men det finns sätt att bota folksjukdomen, säger Per Ramberg, parodontolog och docent på Göteborgs universitet.

Den bristande kunskapen bekräftas också av SIFO-undersökningen. Endast 1 av 10 svenskar säger sig veta om att det finns en tandkräm som innehåller antibakteriella ämnen som används vid blödande eller känsligt tandkött.

- Vi ser det ena tandraset efter det andra och gör många studier för att hitta olika lösningar. Intressant att kika närmare på är klorhexidin, tandköttets mest beprövade antibakteriella substans, som också ger bra resultat. Ändå finns det bara en enda tandkräm på marknaden som innehåller klorhexidin, säger Per Ramberg.

Enligt SIFO-undersökningen är kvinnor bättre än män, äldre bättre än yngre samt högskole-/universitetsutbildade generellt bättre än personer med endast grundskoleutbildning på att sköta om sin munhygien.

Fakta: Inflammation i tandköttet

Vad orsakar tandköttetsproblem?

Svaret är plack, bakteriebeläggning vid tandköttetskanter som inte borstas rent.

Vad är första tecknet på att man har tandköttetsproblem?

Tandköttet blir ömt och rött, svullnar och kan blöda. Den medicinska benämningen på inflammation i tandköttet är gingivit.

Vad kan man göra om man märker av symptom på gingivit, tandköttetsinflammation?

Det som gäller är daglig rengöring - med en bra tandkräm, mjuk tandborste och tandtråd eller tandsticka för utrymmet mellan tänderna.

Varför rekommenderas GUM® PAROEX® tandkräm av tandhygienister och tandläkare?

Den ger resultat och är ett enkelt och effektivt första steg mot ett friskare tandkött.

Om man drabbas av gingivit, vad kan det leda till?

Gingivit kan leda till att bakterier orsakar inflammation i tandens stödjande vävnader. Om djupa tandfickor bildas är det viktigt att bli behandlad av tandhygienist eller tandläkare för att undvika värre framtida problem, som i värsta fall tandlossning.

Munvårdsproblem som svenska folket upplevt under det senaste året:

1. Blödande tandkött 48,5 %
2. Känsligt tandkött 38,1 %
3. Svullet tandkött 27,7 %
4. En eller flera lösa tänder 2,6 %

- Fler än 6 av 10 svenskar uppger att de lider av tandköttproblem – men bara drygt 1 av 10 uppger att de använder en tandkräm framtagen för att motverka tandköttproblem.
- Nära 50 % av respondenterna uppger att de har haft problem med blödande tandkött under det senaste året.
- Unga (15–29 år) uppger i högre utsträckning att de har haft problem med blödande tandkött flera gånger det senaste året.
- Nära 30 % uppger att de har haft problem med svullet tandkött under det senaste året.
- 4 av 10 uppger att de har haft problem med känsligt tandkött det senaste året.

- 8 av 10 borstar tänderna två gånger om dagen.
- 9 av 10 uppger att det är mycket eller ganska viktigt att rengöra mellan tänderna med tandsticka, tandtråd och/eller mellanrumsborste, men bara knappt 4 av 10 rengör dagligen mellan tänderna.
- 9 av 10 svenskar uppger att det är mycket eller ganska viktigt att gå till tandläkaren regelbundet för undersökning.
- 4 av 10 uppger att det är mycket eller ganska viktigt att använda en tandkräm som verkar för ett friskare tandkött.
- Fem vanligaste orsakerna till att inte använda vare sig använder tandtråd, tandsticka och/eller mellanrumsborste dagligen:
 - Glömmer bort
 - Behöver inte
 - Lathet
 - Orkar inte
 - Tar för lång tid

SIFO-FAKTA OM SVENSKA FOLKETS MUNVÅRD SVANOR:

SVENSKAR I NORR OCH GÖTEBORGARE SÄMST I KLASSEN PÅ MUNHYGIEN

Så många som *68,1 procent av norrlänningarna uppger att de haft något slags tandköttsproblem* (exempelvis blödande, svullet och känsligt tandkött) det senaste året enligt SIFO-undersökningen som gjordes på uppdrag av munvårdsföretaget GUM.

67,5 procent av göteborgarna uppger att de haft tandköttsproblem det senaste året. Norrlänningar och göteborgare ligger därmed en bra bit över genomsnittet i landet som ligger på 63,5 procent.

Norra Mellansverige (Gävleborgs, Dalarnas och Värmlands län) ligger inte långt efter sina olycksbröder och systrar i norr, här uppger 67,7 procent att man drabbats av tandköttsproblem under det senaste året.

Att ta hand om munhälsan är det inte heller många i Göteborg som är speciellt noggranna med. Undersökningen visar att endast 17 procent av göteborgarna gör rent mellan tänderna dagligen och bara sju procent använder en tandkräm som motverkar tandköttsproblem.

Norrlänningarna är heller inte så bra på att ta hand om sin munhälsa, visar samma undersökning. Visserligen borstar 9 av 10 tänderna dagligen, men sen tar det stopp. Bara 22 procent av norrlänningarna gör rent mellan tänderna minst två gånger dagligen och bara 1 av 10 använder en tandkräm som motverkar tandköttsproblem. Allt enligt SIFO:s undersökning.

Smälänningar fräschast i munnen – men hälften lider av tandköttsproblem

54,5 procent av smälänningarna uppger att de har haft något eller flera problem med tandkötten det senaste året, att jämföras med genomsnittet för hela riket som ligger på 63,5 procent. Det innebär att man med visst fog kanske kan säga att smälänningarna har bäst munhygien i landet.

SIFO:s undersökning visar ändå att många i området lider av tandköttsproblem. Med tanke på att fler än 5 av 10 smälänningar, eller nära 55 procent, har upplevt problem med sitt tandkött i form av exempelvis blödande, svullet och känsligt tandkött det senaste året, får man konstatera att problemet inte kan negligeras.

Näst bäst efter smälänningarna är munstatusen i Sydsverige (Skåne och Blekinge län) där siffran är drygt 59 procent och Östra Mellansverige (Upplands, Södermanlands, Östergötlands, Örebro, Västmanlands och Stockholms län), enligt undersökningen.

Västsverige (Västra Götalands län, Hallands län och Bohuslän) ligger precis kring snittet för hela riket, på 63 procent. För Stockholmsområdet är siffran något sämre än genomsnittet, här uppger nära 65 procent att man känt av tandköttsproblem det senaste året. Allt alltså enligt den SIFO-undersökning som gjorts på uppdrag av munvårdsföretaget GUM.

KVINNOR ÖVER 50 FRÄSCHAST I MUNNEN

Kvinnor som är 50+ har definitivt bäst munhygien i Sverige – de är både bättre på att borsta sina tänder och göra rent mellan sina tänder jämfört med andra åldersgrupper.

De är dessutom dubbelt så bra på att använda tandkräm särskilt framtagen för tandköttsproblem jämfört med både yngre och män. Men i samma grupp är problemen med tandkött trots det lika omfattande som för genomsnittet av svenska folket – *sex av tio kvinnor i åldern 50+ lider av problem med sitt tandkött* i form av exempelvis blödande, svullet och känsligt tandkött.

Det förklaras kanske delvis av att bara en tredjedel, eller 34 procent, av alla svenska kvinnor över 50 år gör rent mellan sina tänder och lika få säger sig använda en specialtandkräm.

Kännenheten om att det finns en tandkräm som innehåller antibakteriella ämnen som används för att motverka irriterat eller känsligt tandkött är dock större hos kvinnor 50+. Tre av tio i den gruppen känner till en sådan tandkräm, att jämföra med en av tio bland hela populationen.

ANDEL SVENSKAR SOM UPPLEVT TANDKÖTTSPROBLEM:

Hela riket
63,5 %

NORRLAND
(Norrbotten, Västerbotten,
Västernorrland, Jämtland) **68 %**

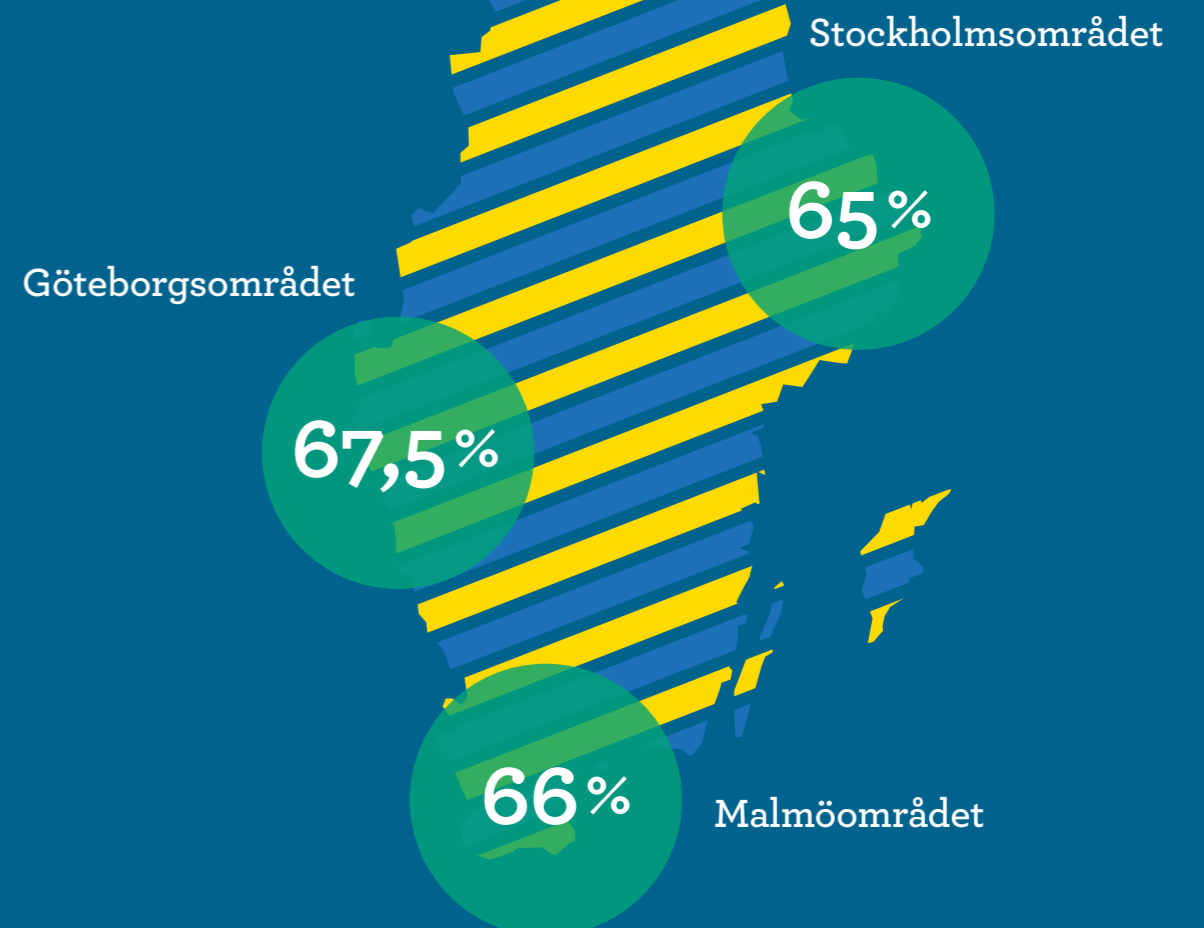
NORRA MELLANSVERIGE
(Gävle, Dalarna, Värmland) **68 %**

ÖSTRA MELLANSVERIGE
(Uppsala, Södermanland, Östergötland,
Örebro, Västmanlands län) **61 %**

VÄSTSVENIGE **63 %**

SMÅLAND OCH ÖARNA **54,5 %**

SYDSVENIGE
(Skåne o Blekinge) **59 %**





TANDHYGIENISTEN: ”ETT FRISKARE TANDKÖTT ÄR MÖJLIGT”

Hon möter dagligen patienter med irriterat tandkött, och ibland med värre problem än så. Att hjälpa dem till ett friskare tandkött är en viktig uppgift:

- Det finns hjälp för alla som drabbas, och nu finns dessutom en tandkräm som ger väldigt bra resultat som ett första steg mot ett friskare tandkött, säger Pia Göransson, legitimerad tandhygienist.

Pia Göransson är legitimerad tandhygienist och delägare i tandklinik Team PG Tandvård i Örebro. I sitt arbete har hon träffat tusentals patienter med tandköttsproblem.

- Den vanligaste orsaken är att man inte får riktigt rent mellan tänderna, det orsakar bakteriebeläggning och det leder i sin tur till ett irriterat tandkött, som kan blöda, bli svullet och ömt.

Den typiske patienten som drabbas är enligt Pia en vuxen medelålders patient som lider av känsligt tandkött. Hennes första råd till de drabbade patienterna är att börja använda tandtråd eller tandsticka för att komma åt mellan tänderna.

- Får man inte ordning på problemen kan man drabbas av gingivit, det vill säga inflammerat tandkött. Man kan få värre problem än blödande tandkött, som djupa tandfickor, och då är läget allvarligare.

Utöver att borsta tänderna ordentligt och använda tandtråd eller tandsticka har Pia Göransson märkt att valet av tandkräm kan göra stor skillnad både i förebyggande syfte och för de patienter som redan drabbats av problem med tandkötten.

- Jag har rekommenderat olika tandkrämer i 35 års tid, men så bra effekt som GUM® Paroex® har på mina patienter har jag inte sett tidigare. Den gör verkligen stor skillnad, för många är den ett första steg mot ett friskare tandkött.

Idag är GUM® Paroex® den enda tandkrämen på den svenska marknaden som innehåller antibakteriella ämnen som används vid irriterat eller känsligt tandkött.

Fem goda skäl att använda GUM® Paroex® tandkräm:

1. Hjälper mot irriterat tandkött.
2. Har en dubbelverkande bakteriell effekt.
3. Reducerar plackbildning.
4. Kan användas dagligen.
5. Innehåller även fluor.

VAD INNEHÅLLER GUM® PAROEX® TANDKRÄM?

Många svenskar lider i onödan av tandköttsproblem. I det läget kan man behöva lite extra hjälp med sin munhygien, och med GUM® PAROEX® tandkräm kan många få den hjälp som behövs för ett friskare tandkött.

GUM® PAROEX® tandkräm innehåller två antibakteriella substanserna för maximal motverkan av plack:

- Klorhexidindiglukonat: ett antiseptiskt medel som ger långvarigt skydd som angriper befintlig plack och motverkar uppkomst av ny plack.
- Cetylpyridiniumklorid (CPC): ett medel som motverkar plack och neutraliserar toxin som bildas av bakterierna i munnen. CPC förstärker den antibakteriella effekten som klorhexidin har.

GUM® PAROEX® tandkräm innehåller även:

- Maximal fluorhalt (1 450 ppm): vilket minskar risken för karies.
- I tandkrämen finns även Aloe Vera, Vitamin E, en av de mest kraftfulla antioxidanterna som hjälper till att neutralisera de fria radikaler som angriper tandköttscellerna och Pro-vitamin B5 som hjälper till att stärka munslemhinnan.

GUM® PAROEX® tandkräm rekommenderas för behandling och underhåll av tandköttsproblem därför att den:

1. Hjälper vid svullet, känsligt eller irriterat tandkött.
2. Har dubbelverkande antibakteriell effekt.
3. Reducerar plackbildning.
4. Är framtagen för daglig användning.
5. Innehåller maximal fluorhalt.
6. Skapar en god munhälsa.





SUNSTAR



www.sunstargum.se • info@se.sunstar.com

