

Månadsmöte 17 april 2023

Denna soliga vårdag träffades vi i Lunnebergs bygdegård. Vädret var säkert en anledning till att antalet deltagare hamnade strax under 50 personer.

Karl-Erik Eriksson hälsade samtliga välkomna till denna viktiga information som Camilla Peterson från Munhälsan på Näl visste att berätta. Tyvärr strejkade datorn och projektorn så det gick inte att visa bildspel och blankettinformation på ett överskådligt sätt.

Alltnog; att sköta sin munhygien är betydligt viktigare än man kan tro. Borsta tänderna minst två gånger dagligen och att rengöring mellan tänderna. Tandkräm med fluor gör sprickbildningar på tänderna så man bör använda oparfymerad tandkräm emellanåt. Saliven och fluorsköljning motverkar hål i tänderna. Varje gång vi äter eller dricker något påverkas tänderna 30 minuter efteråt, vid varje tillfälle.

Muntorrhet för äldre och sjuka förvärrar munhälsan, näringsbrist eller mer än tre mediciner kan vara några orsaker, tungan behöver fukt för att vi ska kunna tugga och svälja. Vi har svamp i munhålan och i lagom mängd är det nödvändigt, för mycket så sprider det sig. Viktigt är att dricka mycket. Det finns oljor, sprayer och pastiller för muntorrhet på apoteket.

Ett tandläkarbesök varje år är att rekommendera. Vi fick en gedigen information om ett antal bidrag som finns att söka. Camilla hade med sig broschyrer om "Tandvårdsstöd genom hela livet" samt prover på tandkrämer, tandborstar, tableter och olja (för munsköljning), så det räckte till alla.

Efter en frågestund från publiken, avtackades Camilla med en blomma och applåder.

Därefter kaffe och årdragning, som vanligt.