

VANER SOM VÅBEN

Nyt forskningsprojekt på kædeklিনikker fokuserer på tandplejernes rolle som fyrtårne i kampen mod parodontitis.

TEKST **IBEN FAURSKOV HANSEN**
FOTO **TANDLÆGEN.DK** OG **STORYFUL**



Et nyt forskningsprojekt skal undersøge, om ændrede vaner kan bremse udviklingen af parodontitis – og tandplejerne spiller en nøglerolle. Bag projektet står kæden tandlægen.dk, der har indgået et samarbejde med adfærdsekspert Henrik Dresbøll og får støtte til projektet fra Plandent, GUM og Philips.

For faglig chef og tandlæge Morten Bay Grauballe har det længe været en ambition, at en kæde som tandlægen.dk tager ansvar for mere end blot behandling.

»Når vi har en kvart million patienter i forløb, synes jeg, vi har et ansvar for at bidrage til at forme fremtidens tandpleje. Vi kan godt være fagligt dygtige på vores egen klinik, men forskning giver os mulighed for at løfte kvaliteten på tværs – både i og uden for kæden,« mener han.

Projektet er et pilotforsøg, hvor seks tandplejere på fem forskellige klinikker arbejder med patienter, der netop har fået konstateret parodontitis i stadium 2 eller 3. Patienterne deles op i to grupper: en kontrolgruppe, der modtager sædvanlig behandling, og en testgruppe, der følges tættere og får hjælp til at indarbejde nye vaner.

FRA MOTIVATION TIL VANEDANNELSE

Hypotesen i forskningsprojektet er, at klassisk patientmotivation ofte ikke er nok. I stedet arbejder tandplejerne i projektet med konkrete 'vanegreb', et 'vanekit', der udleveres til patienter i testgruppen, og struktureret vaneimplementering, som skal gøre mundhygiejne til en stabil, daglig rutine.

»Vi ved, at motivation er flygtig. Den er høj, mens patienten sidder i stolen, men daler hurtigt igen, når de forlader den. Derfor forsøger vi med

forskningsprojektet at erstatte flygtig motivation med stabile vaner,« forklarer Morten Bay Grauballe.

Helt lavpraktisk handler det om at gøre mundhygiejnen mere konkret og nem at integrere i hverdagen. Patienterne får udleveret et vanekit med bl.a. farvetabletter, mellemrumsbørster og en vane-tracker. De opfordres til at placere redskaberne synligt og knytte dem til eksisterende rutiner, f.eks. ved at lægge mellemrumsbørsterne ved siden af tandbørsten – og belønne sig selv for indsatsen.

»Vi arbejder med det, vi kalder 'stacking', altså at bygge vaner oven på hinanden. Det handler ikke om at opfinde noget revolutionerende, men om at gøre det let og meningsfuldt for patienten,« siger Morten Bay Grauballe.

TANDPLEJERE I FRONTLINJEN

En af dem, der står i frontlinjen på projektet, er Tea Johanne Abildgaard, der er tandplejer og faglig ansvarlig på tandlægen.dks klinik på Islands Brygge.

»Det er utroligt inspirerende og meningsfyldt at være en del af et projekt, der kan være med til at påvirke fremtidens behandlingsstrategier for parodontitis. Det giver både faglig stolthed og fornyet arbejdsglæde, og jeg oplever den centrale rolle, tandplejerne har fået i projektet, som en stor anerkendelse af vores faggruppe,« siger Tea Johanne Abildgaard.

Tea Johanne Abildgaard står sammen med en kollega for at identificere og inkludere patienter fra sin klinik i forsøget. Ud over at følge patienterne i testgruppen tættere end dem i kontrolgruppen, som modtager et almindeligt PA-forløb, er det hende, der står for det konkrete arbejde med patienternes vaneændringer.

»Vi tager udgangspunkt i patientens hverdag og de små ting, der påvirker adfærden. Hvor står tandbørsten?

Hvor kan mellemrumsbørsterne ligge, så de faktisk bliver brugt? Vi hjælper patienten med at skabe realistiske rutiner gennem enkle vanegreb. Det kunne eksempelvis være ved at indføre et personligt belønningssystem, hvor regelmæssig brug af vanekittet over en uge udløser en lille form for selvforkælelse,« forklarer hun.

Ifølge Tea Johanne Abildgaard skyldes mange patienters manglende succes med hjemmetandplejen, at de stadig opfatter parodontitis som en arvelig sygdom, hvor de selv har begrænset mulighed for at påvirke forløbet. Denne misforståelse håber hun, at det igangværende forskningsprojekt kan være med til at nuancere for patienterne.

»Parodontitis handler i høj grad om bakterier og kontrol af bakteriel biofilm. Det er derfor afgørende, at patienterne forstår, at de selv spiller den centrale rolle i behandlingsresultatet. Jeg tror på, at en øget erkend-

se af det personlige ansvar kan være en stærk drivkraft for varige adfærdssændringer – og dermed også et bedre behandlingsresultat,« siger hun.

FORSKNING I PRAKSIS

Ifølge Morten Bay Grauballe skal forskningsprojektet ikke blot måle effekt i form af mindre plak og lavere pocher. Det handler også om at sætte tandplejernes faglighed – og deres rolle i fremtidens behandling – i spil.

»Det her projekt gør vores tandplejere til fyrtårne. De skal ikke bare følge en behandlingsplan, men være med til at forme den. Vi håber, det vil brede sig i hele kæden – og måske i hele faget,« siger Morten Bay Grauballe.

På sigt skal pilotprojektet danne grundlag for et større ph.d.-forløb i samarbejde med Københavns Universitet, og Morten Bay Grauballe håber, at det kan inspirere flere kæder og klinikker til at integrere forskning i deres daglige praksis.



»Vi håber, det her kan være startskud-
det til, at også andre aktører tager
forskningsansvar. Vi har som kæde en
unik mulighed for at teste nye meto-
der bredt og hurtigt – og det ansvar vil
vi gerne tage på os.«

MERE END BARE BEHANDLING

Netop ansvarsfølelsen for patienter-
nes sundhed og tandplejernes fag-
lighed er svaret på, hvorfor kæden,
der normalt lever af at tjene penge
på at behandle folks tandsygdomme,
går aktivt ind i forskning med bedre
tandsundhed som mål.

»Der er jo rigeligt med sygdom
derude, og vi ved, at parodontitis er
underbehandlet, selvom adskillige
studier efterhånden viser, hvordan
det har betydning for systemiske
sygdomme. Så vi er rigtig glade for at
kunne gå ind og prøve at gøre noget
her,« fortæller Morten Bay Grauballe
og fortsætter:

»Vi håber også, at vi med det her
projekt kan få større politisk op-
mærksomhed på forebyggelse i form
af motivation og adfærdssændring,«
lyder det fra Morten Bay Grauballe.

»Ideen er jo også lidt, at vi kan
komme hen til at lave nogle af de be-
handlingser – såsom regenerativ paro-
dontalkirurgi – som nørder som mig
synes, det er sjovt at lave. Hvor vi fak-
tisk kan optimere tænderne og patien-
ternes rehabilitering, så tænderne kan
være i munden i længere tid.«

PARODONTITIS SOM FOLKESYGDOM

Parodontitis opstår hos op mod 40 %
af den voksne befolkning og er kob-
let til en række alvorlige systemiske
sygdomme som hjerte-kar-sygdom-
me, leddegigt og diabetes. Derfor er
projektets samfundsperspektiv hel-
ler ikke til at overse for faglig chef og
tandlæge Morten Bay Grauballe.

»Det er lidt paradoksalt, at jo mere
syg en patient er, jo flere penge tje-
ner vi som klinik. Vi håber, at projek-
ter som det her kan være med til at
ændre det perspektiv – og flytte fo-
kus fra reparation til forebyggelse,«
siger han.

For tandplejer Tea Johanne Abild-
gaard handler det i sidste ende om at
give patienterne de bedste forudsæt-

PROJEKTET I KORTE TRÆK

Deltagere: 6 tandplejere fra
5 klinikker

Patienter: 50 med nyligt
diagnosticeret parodontitis
(stadie 2 eller 3)

Metode: Kontrolgruppe vs.
testgruppe med vanekit og tæt
opfølgning

Samarbejdspartnere:
Tandlægen.dk, Plandent,
GUM, Philips, Henrik Dresbøll
(adfærdsekspert)

Perspektiv: Pilotprojekt til større
forskningsindsats (ph.d.) på KU

ninger for at lykkes – også uden for
klinikken:

»Parodontitisbehandling foregår i
høj grad derhjemme. Så det er dér, vi
skal lykkes, hvis vi vil gøre en reel
forskel. Og det her projekt med fokus
på vaneimplementering er med til at
vise vejen.« 🍷



De deltagende tandplejere i projektet samt Henrik Dresbøll (nr. to fra venstre) og Morten Grauballe (nr. to fra højre).
Det er Tea Johanne Abildgaard helt ude til venstre.