

ePOOKI

OULUN AMMATTIKORKEAKOULUN TUTKIMUS- JA KEHITYSTYÖN JULKAISUT ISSN 1798-2022

ePooki 112/2020

Pitkäaikaissairauksien ja suun limakalvomuutosten yhteys

[Tapio Anni](#), [Seppälä Anne-Mari](#), [Luoto Annika](#), [Holappa-Girginkaya Jaana](#), [Kuure Marja-Helena](#), [Keinänen Anna-Leena](#)

17.12.2020 ::

Pitkäaikaissairauksilla on todettu olevan yhteyttä suun limakalvomuutoksiin, jotka pitkälle edetessään voivat olla haitaksi yleisterveydelle. Suun terveys on tärkeä osa yleisterveyttä, joten oikeaoppinen suun omahoito on ensiarvoisen tärkeää. Erityisesti pitkäaikaissairauden omaavan henkilön on huolehdittava suuhygieniastaan, sillä suun terveydellä ja monella pitkäaikaissairaudella on molemminpuolinen yhteys. Hyvällä suuhygienialla edesautetaan pitkäaikaissairauksien ja niistä mahdollisesti aiheutuvien limakalvomuutosten paranemista. Tässä artikkelissa tuodaan esille pitkäaikaissairauksissa esiintyviä suun limakalvomuutoksia.



Johdanto

Kun ihmiset ajattelevat suun terveyttä, monille tulee ensimmäisenä mieleen hampaiden hoito. Siksi monien tietous suun limakalvomuutoksista voi olla vähäistä. Monet pitkäaikaissairaudet voivat olla osittain syynä suun limakalvomuutosten ilmenemiseen.

Suun limakalvomuutokset saattavat oireettomina jäädä monilta huomaamatta. Tämän vuoksi on tarpeellista seurata itse muutoksia suun limakalvoilla ja käydä säännöllisesti suun terveyden tarkastuksessa. Oireilevana suun limakalvomuutokset saattavat olla kivuliaita tai muuten häiritä päivittäistä elämää. Oireisiin on olemassa itsehoitokeinoja ja ammattilaisten suorittamia hoitoja.

Artikkelissa kuvataan suun limakalvomuutoksia, joita voi esiintyä kyseisten pitkäaikaissairauksien yhteydessä. Lopusta löytyy myös opas suun limakalvomuutosten itsehoidosta. Opas on suunnattu apteekkien henkilökunnalle ja pitkäaikaissairauksia omaaville asiakkaille sekä muille aiheesta kiinnostuneille. Opasta voivat hyödyntää myös sosiaali- ja terveysalan ammattilaiset sekä pitkäaikaissairauksia omaavien läheiset. Opasta voidaan hyödyntää myös suun hoidon opetuksessa eri tutkinto-ohjelmissa.

Huonon verensokeritasapainon yhteys suun limakalvomuutosten oireisiin

Diabetesta sairastavilla pitkään jatkuneen korkean verensokerin seurauksena suun alueen tulehdukset, kuten hampaan juurenpään tulehdus, hampaiden kiinnityskudostulehdukset ja limakalvojen sienitulehdukset pahenevat muita helpommin sekä paranevat muita huonommin. Vastavuoroisesti edellä mainitut tulehdukset, yhdessä puutteellisen suuhygienian kanssa, huonontavat glukoositasapainoa, mikä puolestaan pahentaa diabeteksen oireita. Korkea verensokeri aiheuttaa myös suun kuivumista. Diabeetikoilla, joilla on huono hoitotasapaino, on myös muita suun oireita: muun muassa pistelyä kielessä ja poskien limakalvoilla, suun sienitulehduksia sekä kivuliaita haavaumia suun limakalvoilla ja suupielissä. [\[1\]](#)

Vaaleita juosteita suun limakalvoilla: punajäkälä vai punahukka?

Punajäkälä näkyy suussa tyypillisesti valkoisina, retikulaarisina eli verkkomaisina juovina tai laikkuina symmetrisesti poskien limakalvoilla, kielessä tai ikenillä. Suun punajäkälään luetaan kuuluvaksi myös huulien punajäkälä. Yleisin ilmenemismuoto on verkkomaisuus, jossa nähdään vaaleita Wickhamin juosteita. Punajäkälän yhteydessä voi ilmetä sienitulehdusta, joka voi pahentaa punajäkälän oireita. [\[2\]](#)

Punahukan kaikkiin muotoihin voi liittyä suun limakalvomuutoksia, joista osa voi muistuttaa hieman punajäkälää. SLE:ssä eli yleistyneessä punahukassa ilmenee yleisimmin suun haavaumia ja etenkin taudin aktiivisessa vaiheessa haavaumaläiskinä ja säteittäisinä juosteina. DLE:ssä eli ihon punahukassa suuoireita näkyy posken, ikenen ja huulen limakalvolla erosiivisina vauriona, joiden reunoilla on vaaleat säteittäiset juosteet. Punahukassa muutoksissa on valkoisten juosteiden ja plakkimaisten alueiden keskellä punoittava ja haavainen alue, joka ei esiinny symmetrisesti. [\[3\]](#)

Verisairaudet voivat näkyä suussa haavaumina

Leukemia näkyy suussa muun muassa ikenien turpoamisena, sieni-infektioina, limakalvohaavaumina ja ienverenvuotona. Akuuteissa leukemioissa oireina voi olla myös hoitoon reagoimattomia ien- ja suutulehduksia sekä toistuvia haavaumia ikenien alueella. [\[4\]](#)

Anemian aiheuttamat suun limakalvomuutokset voivat vaihdella puutostilan mukaan. Raudanpuuteanemia voi aiheuttaa ohentuneisuutta limakalvoilla ja hidastunutta limakalvojen paranemista, jonka seurauksena suun haavaumia tulee helpommin. Raudanpuutosanemia voi lisäksi aiheuttaa muutoksia kielen nystyissä, kielikipua, nielemisvaikeuksia, ientulehdusta ja suupielten haavaumia. B12-vitamiininpuutoksen yhteydessä voi ilmetä limakalvojen arkuutta, kielikipuja, nielemisvaikeuksia ja kielen papillojen surkastumista. B12-vitamiinin imeytymishäiriön yhteydessä on havaittu suupielten haavaumia, suun polttelua ja kielitulehdusta. [\[5\]](#)

Mitä ovat leukoplakia ja erytroplakia?

Suun alueella syöpää edeltävistä muutoksista tärkeimpiä ovat leukoplakia ja erityisesti erytroplakia. **Leukoplakia** on vaalea limakalvomuutos suussa, joka voi olla homogeeninen eli tasaisen vaalea ja tarkkarajainen tai ei-homogeeninen eli nodulaarinen, verrukoottinen tai erytroleukoplakinen. **Erytroplakia** on tarkkarajainen tai epätarkkarajainen sekä kirkkaan punainen suun limakalvomuutos. Suusyöpä voi esiintyä alkuvaiheessa limakalvoleesiona, tuumorina tai huonosti paranevana,

kivuttomana haavaumana. Limakalvohaavan alla voi mahdollisesti kasvaa huomattavasti haavaa suurempi tuumori. [\[6\]](#) [\[7\]](#)

Kuiva suu voi olla yhteydessä sidekudossairauteen

Nivelreuma itsessään voi aiheuttaa suun kuivuutta, jolloin puhutaan sekundaarisesta Sjögrenin syndroomasta. Suun kuivumisen takia myös riski sienitulehduksille ja hampaiden kiinnityskudossairauksille kasvaa. [\[8\]](#)

Sjögrenin oireyhtymä näkyy suussa pääasiassa suun kuivuutena (xerostomia). Suun kuivuus voi myös altistaa suun sienitulehduksille. Tämä johtuu siitä, että kuiva suu on ihanteellisempi kasvualue sientulehduksille. Limakalvojen kuivuuden ja arkuuden vuoksi voivat tuliset ruoat aiheuttaa kipua limakalvoilla. [\[9\]](#)

Ruansulatuselimistöön liittyvät sairaudet voivat ilmetä erilaisina suun limakalvomutoksina

Refluksitaudin vaikutukset suuhun johtuvat siitä, että mahalaukun hapan sisältö ärsyttää ruokatorvea ja se aiheuttaa oireita suun limakalvoihin ja hampaisiin. Hapan mahalaukun sisältö aiheuttaa suun limakalvoilla polttelua ja haavaumia. Suun happamuus voi myös saada aikaan suun kuivumista, pahanhajuista hengitystä eli halitoosia ja mukosiittia. [\[10\]](#)

Keliakian aiheuttamia tulehdusmuutoksia on havaittu kielessä ja suun limakalvoilla. Tulehdusmuutos näkyy suussa punoittavina läiskinä ja juovina sekä limakalvon haavaumina. Keliakian aiheuttamassa kielitulehduksessa sieni- ja rihmanystyt häviävät ja kielen pinta muuttuu sileäksi tai kielen pinnalla esiintyy punoittavia läiskiä ja juovia. Muita suun limakalvomutoksia ovat aftat, ientulehdus ja suupielen haavaumat. Hoitamaton ja voimakkaasti oireilevaa ihokeliakia sairastavilla henkilöillä samanlaisia rakkulamutoksia voi olla sekä suussa että iholla. [\[11\]](#)

Syömishäiriöistä aiheutuvat toistuvat oksennuskohtaukset, stressitilat, lääkitykset, laksatiivien käyttö sekä liiallisesta liikunnasta johtuva kehon kuivuminen voivat vaikuttaa syljen erityksen vähentymiseen. Syljen erityksen ehtyessä suu kuivuu. Kuivan suun vuoksi myös suun limakalvot ovat alttiimpia suun sieni- ja hiivatulehduksille sekä ientulehdukselle. [\[12\]](#)

Ulseratiivisen koliitin aiheuttamia suun limakalvomutoksia ovat uusiutuvat aftat. Toistuvat aftat voivat liittyä tulehdukselliseen suolistosairauteen, kuten haavaiseen paksusuolentulehdukseen jo ennen kuin suolistosairautta on diagnosoitu. Myös parodontiitilla ja tulehduksellisilla suolistosairauksilla eli Ulseratiivisella koliitilla ja Crohnin taudilla on todettu olevan yhteys. [\[13\]](#)

Crohnin taudin aiheuttamia spesifisiä suun limakalvomutoksia ovat mukulakivimäinen limakalvomutos posken limakalvoilla, ientulehdus, huulten turvotus ja halkeilu ja syvät lineaariset (suoraviivaiset) haavaumat. Crohnin tautiin liittyvään ientulehdukseen voi liittyä ikenien hyperplastisuutta sekä mahdollisia haavaumia ikenissä. Mukulakivimäinen limakalvomutos koostuu limakalvon värisistä pahkuroista posken limakalvoilla. [\[14\]](#)

Lopuksi

Suun limakalvomutoksien ilmaantuminen on hyvin yksilöllistä, eikä niitä välttämättä ilmene lainkaan. Joitakin suun limakalvomutoksia voi myös ilmentyä ilman, että olisi kyseistä sairautta esimerkiksi suun haavaumia voi tulla kenelle vain. Suun limakalvomutokset voivat aiheuttaa huolta, mutta niihin on olemassa helpotus- sekä hoitokeinoja. Itsehoitokeinoja suun limakalvomutoksille löytyy esimerkiksi alla mainitusta oppaasta. On kuitenkin tärkeä muistaa käydä säännöllisesti suun terveydenhuollon ammattilaisen vastaanotolla suun ja hampaiston tarkastuksessa.

Pitkäaikaissairaudet ja suun limakalvot

Pitkäaikaissairauksien yhteydessä esiintyvien suun limakalvomuutosten itsehoito

ANNIKA LUOTO
ANNE-MARI SEPPÄLÄ
ANNI TAPIO

OAMK

Artikkeli perustuu opinnäytetyöhön:

Luoto, A., Seppälä, A-M. & Tapio, A. 2020. Pitkäaikaissairauksien yhteys suun limakalvomuutoksiin ja niiden itsehoito – opas apteekkien henkilökunnalle ja asiakkaille. Oulun ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2020100220916>

Opinnäytetyössä tuotettu opas:

Luoto, A, Seppälä, A-M. & Tapio, A. 2020. [Pitkäaikaissairaudet ja suun limakalvot. Pitkäaikaissairauksien yhteydessä esiintyvien suun limakalvomuutosten itsehoito.](#) Oulun ammattikorkeakoulu. Oulu: Tamro Oyj.

Lähteet

1. [Leite, R.S., Marlow, N.M. & Fernandes, J.K. 2013. Oral Health and Type 2 Diabetes. The American journal of the medical sciences 345 \(4\), 271–273. Hakupäivä 10.4.2020. <https://dx.doi.org/10.1097%2FMAJ.0b013e31828bdebf>](#)
2. [Shavit, E., Klieb, H. & Shear, N.H. 2020. Oral lichen planus: a novel staging and algorithmic approach and all that is essential to know. Hakupäivä 10.4.2020. <https://dx.doi.org/10.12688%2Ff1000research.18713.1>](#)
3. [Khatibi, M., Shakoopour, AH., Jahromi, Z. & Ahmadzadeh, A. 2012. The prevalence of oral mucosal lesions and related factors in 188 patients with systemic lupus erythematosus. Hakupäivä 9.6.2020. <https://doi.org/10.1177%2F0961203312454589>](#)
4. [Honkala, S. 2019. Leukemia ja suun terveys. Hakupäivä 24.4.2020. \[http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=trv00143\]\(http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=trv00143\)](#)
5. [Honkala, S. 2019. Anemia ja suun terveys. Hakupäivä 9.4.2020. \[https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=trv00142\]\(https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=trv00142\)](#)
6. [Käypä hoito -suositus. 2019. Suusyöpä. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin ja Suomen Hammaslääkäriseuran Apollonia ry:n asettama työryhmä. Hakupäivä 16.1.2020. <https://www.kaypahoito.fi/hoi07025>](#)
7. [Joensuu, H., Roberts, P.J., Kellokumpu-Lehtinen, P., Jyrkkiö, S., Kouri, M. & Teppo, L. 2013. Syöpätaudit. 5. uud. p. Helsinki: Duodecim.](#)
8. [Honkala, S. & Äyräväinen, L. 2019. Nivelreuma ja suun terveys. Hakupäivä 25.4.2020. \[http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=trv02013\]\(http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=trv02013\)](#)
9. [Julkunen, H. 2019. Sjögrenin oireyhtymä \(primaarinen\). Hakupäivä 25.4.2020. \[http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00690\]\(http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00690\)](#)
10. [Petruzzi, M., Lucchese, A., Campus, G., Crincoli, V., Lauritano, D. & Baldoni, E. 2012. Oral stigmatic lesions of gastroesophageal reflux disease \(GERD\). Revista Medica De Chile 140 \(7\), 915–918. Hakupäivä 30.10.2020. <https://doi.org/10.4067/s0034-98872012000700014>](#)
11. [Mäki, M., Collin, P., Kekkonen, L., Visakorpi, J. & Vuoristo, M. 2006. Keliakia. 1. p. Jyväskylä: Kustannus Oy Duodecim.](#)
12. [Heikka, H., Honkala, S., Heikkinen, A.M., Helenius-Hietala, J. & Sirviö, K. 2020. Terve suu. 4. uud. p. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.](#)
13. [She, Y., Kong, X., Ge, Y., Liu, Z., Chen, J., Jiang, J., Jiang, H. & Fang, S. 2020. Periodontitis and inflammatory bowel disease: a meta-analysis. BMC Oral Health 20 \(1\), 67 Hakupäivä 7.4.2020. <https://doi.org/10.1186/s12903-020-1053-5>](#)
14. [Lankarani, K.B., Sivandzadeh, G.R. & Hassanpour, S. 2013. Oral manifestation in inflammatory bowel disease: A review. World journal of gastroenterology 19 \(46\), 8571–8579. Hakupäivä 8.3.2020. <https://dx.doi.org/10.3748%2Fwjg.v19.i46.8571>](#)

Metatiedot

Nimeke: Pitkäaikaissairauksien ja suun limakalvomuutosten yhteys

Tekijä: Tapio Anni; Seppälä Anne-Maria; Luoto Annika; Jaana Holappa-Girginkaya; Marja-Helena Kuure; Anna-Leena Keinänen

Aihe, asiasanat: krooniset taudit, limakalvot, suu

Tiivistelmä: Artikkelissa käsitellään pitkäaikaissairauksien yhteydessä ilmeneviä suun limakalvomuutoksia. Artikkelissa mainittaviin pitkäaikaissairauksiin lukeutuvat diabetes, punajäkälä, punahukka, leukemia, anemia, suusyöpä, nivelreuma, Sjögrenin syndrooma, refluksitauti, keliakia, syömishäiriöt, ulseratiivinen koliitti ja Crohnin tauti. Suun limakalvomuutoksien ilmaantuminen on hyvin yksilöllistä, eikä niitä välttämättä ilmene lainkaan. Joitakin suun limakalvomuutoksia voi myös tulla ilman, että olisi kyseistä sairautta. Esimerkiksi suun haavaumia voi tulla kenelle vain.

Artikkeli perustuu opinnäytetyöhön ”Pitkäaikaissairauksien yhteys suun limakalvomuutoksiin ja niiden itsehoito – opas apteekkien henkilökunnalle ja asiakkaille” sekä opinnäytetyössä tuotettuun oppaaseen ”Pitkäaikaissairaudet ja suun limakalvot”.

Julkaisija: Oulun ammattikorkeakoulu, Oamk

Aikamääre: Julkaistu 2020-12-17

Pysyvä osoite: <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe2020111690602>

Kieli: suomi

Suhde: <http://urn.fi/URN:ISSN:1798-2022>, ePooki - Oulun ammattikorkeakoulun tutkimus- ja kehitystyön julkaisut

Oikeudet: CC BY-NC-ND 4.0

Näin viittaat tähän julkaisuun

Tapio, A., Seppälä, A-M., Luoto, A., Jaana, H-G., Marja-Helena, K. & Anna-Leena, K. 2020. Pitkäaikaissairauksien ja suun limakalvomuutosten yhteys. ePooki. Oulun ammattikorkeakoulun tutkimus- ja kehitystyön julkaisut 112. Hakupäivä xx.xx.xxxx. <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe2020111690602>.