



ZÄHNE PUTZEN
Empfohlen: drei-
mal täglich eine
gute Zahnreini-
gung – für ein
starkes Immun-
system.

Die unterschätzte Gefahr

Hätten Sie es gewusst: Die Ursache vieler Krankheiten liegt an entzündetem Zahnfleisch. CLOSER erklärt, wie Sie sich schützen

Jeder zweite Deutsche erkrankt im Lauf seines Lebens an Parodontitis, einer chronischen Zahnfleischentzündung. Sie lockert auf Dauer nicht nur die Zähne und lässt das Zahnfleisch verschwinden. Unbehandelt kann sie schwere Folge-Erkrankungen nach sich ziehen.

WAS PASSIERT IM KÖRPER?

Werden bakterielle Zahnbeläge und Zahnstein nicht regelmäßig entfernt, kann sich das Zahnfleisch entzünden. „Unbehandelt greifen diese Entzündungen im Lauf der Zeit auf den gesamten Zahnhalteapparat über. Zahnfleisch und sogar Kieferknochen bilden sich zurück“, sagt Milan Michalides, Zahnarzt und Implantologe aus Stuhl. Wenn das Zahnfleisch zurückgeht, lockern sich die Zähne und können ausfallen. Fatal: Über das Zahnbett können die Bakterien auf Wanderschaft durch die Blutbahn gehen. So können sie sich auch in anderen Bereichen des Körpers ansiedeln

und schädliche Stoffe freisetzen. „Im schlimmsten Fall kann die Erkrankung sogar in einem Schlaganfall oder Herzinfarkt münden“, sagt Michalides. Wissenschaftler der US-amerikanischen Universität North Carolina untersuchten Patienten, die einen Herzinfarkt überstanden hatten. Bei 85 Prozent fanden sie eine chronische Zahnfleischentzündung. Bei Herzinfarkt-Patienten mit einer Parodontitis waren zudem die Entzündungswerte im Blut extrem erhöht. Das bedeutet Dauerstress fürs Immunsystem. Doch die Keime können nicht nur dem Herzen schaden. Sie erhöhen auch das Risiko für Schlaganfall sowie bei Schwangeren das für Früh- und Fehlgeburten. Krankheiten wie Diabetes oder Knochenschwund (Osteoporose) können sich verschlimmern.

IST SIE HEILBAR?

Bereits verloren gegangenes Zahnfleisch kann auch der Zahnarzt kaum noch retten, aber er kann das Fortschrei-

ten der Krankheit verhindern. „Bei leichter Parodontitis hilft oft schon eine professionelle Zahnreinigung“, empfiehlt Michalides. Bakterien und Beläge werden dabei mithilfe von speziell geformten Instrumenten und mittels Ultraschallgerät entfernt. „In einigen Fällen bieten sich auch Laserbehandlungen an, die Erreger effektiv abtöten. Ist die Krankheit weiter fortgeschritten, müssen wir aber unter örtlicher Betäubung bis zu den tiefer reichenden Zahnfleischtaschen vordringen, um diese von Bakterien zu befreien“, ergänzt Michalides. Was viele nicht wissen: Auch der Partner sollte sich untersuchen lassen. Denn Parodontitis ist hochansteckend.

WORAN ERKENNE ICH SIE?

„Erste Entzündungen äußern sich oft durch Zahnfleischbluten oder auch Temperaturempfindlichkeit. Darüber hinaus können Bakterien in den Zahnfleischtaschen süßlichen Mundgeruch hervorrufen“, erklärt Michalides.

Nehmen Sie solche Symptome also ernst, und suchen Sie Ihren Zahnarzt auf – bevor Zahnfleisch und Knochen zurückgegangen sind.

WIE SCHÜTZE ICH MICH?

„Zusätzlich zur üblichen Bürste sollten kleine Interdentalbürsten zum Einsatz kommen“, empfiehlt Michalides. Damit reinigen Sie auch die Zahnzwischenräume und den Übergang zum Zahnfleisch gründlich. Falls Zahnseide oder Zwischenraumbürste noch neu für Sie sind, erschrecken Sie nicht, wenn es anfangs beim Putzen etwas blutet. Das ist ein Zeichen der Abwehrreaktion des Zahnfleisches gegen den Bakterienbefall. Bei guter Zahnreinigung sollte es nach einer Woche aufhören, andernfalls sprechen Sie mit Ihrem Zahnarzt darüber. Bei dem sollten Sie auch regelmäßig die Vorsorgeuntersuchungen wahrnehmen. „Denn Ihr Arzt erkennt bereits erste Symptome und kann der Erkrankung frühzeitig entgegenwirken. Eine jährliche professionelle Zahnreinigung ab ca. 70 Euro bietet die optimale Ergänzung“, sagt Michalides.