



DENTALHYGIENE

Gesund beginnt im Mund

Ist der Mund nicht gesund, kann das gravierende Folgen für die gesamte Gesundheit haben. Vor allem die Parodontitis, auch als Parodontose bekannt, wird häufig unterschätzt. Der Münchner Zahnarzt Dr. med. dent. Tilo Bartels erklärt, wie man vorbeugen kann, welche Risikofaktoren es gibt und welche modernen Therapiemöglichkeiten sich anbieten.

Die Parodontitis ist eine Entzündung des Zahnhalteapparates und gehört zu den häufigsten Erkrankungen des Menschen. Der Grund liegt dafür auf der Hand: Unser Genussverhalten begünstigt sie oder löst sie sogar aus. So führt säurehaltige Ernährung – beispielsweise mit Ananas, Äpfeln, Fruchtsäften, Salat oder noch viel dramatischer mit stark säurehaltigen Softdrinks – zu Demineralisation (Entkalkung) und Erosion (Zahnsubstanzverlust) und bietet damit Bakterien, die verantwortlich sind für Parodontitis und Karies, eine Bühne. Diese Bakterien ernähren sich von Zucker, dem modernen Genussgift schlechthin, das fast überall enthalten ist. Entsprechend wichtig ist es nicht nur, auf den offensichtlichen Zucker in Süßigkeiten etc. zu achten, sondern auch die versteckten Zucker in Softdrinks, süßem Obst, Fruchtsäften, Soßen und anderen Nahrungsmitteln zu (er-)kennen und nach Möglichkeit zu vermeiden. Das besonders Tückische an einer Parodontitis ist, dass sie fast nie Schmerzen verursacht. Was nicht schmerzt, bedarf gemeinhin auch keiner großen Aufmerksamkeit. Ein gefährlicher Trugschluss, ist die potenzielle Entzündungsfläche des Zahnhalteapparates doch handteller groß! Und tatsächlich kann eine Parodontitis Auswirkungen auf den gesamten Körper haben und zu Lungenentzündungen oder Infektionen von Hüft- und Knieimplantaten führen. Auch die Verbindung zu Herz-Kreislauferkrankungen, Schlaganfällen, Diabetes und Frühgeburten ist wissenschaftlich belegt.

Parodontitis und ihre weniger bekannten Risikofaktoren

Verrichten die Bakterien einmal ihr Werk, bauen sie einen gefährlichen mikrobiellen Biofilm auf. Die Folge: Die gesunde blassrosa Farbe des Zahnfleisches mit der typischen Stippelung geht verloren, es wird dunkel, blutet auf Berührung, und Mikroabszesse zerstören schließlich Zahnhalteapparat und Kieferknochen. Was wenig bekannt ist: Rauchen und eine mögliche genetische Veranlagung steigern den zerstörerischen Effekt des Biofilms noch um ein Vielfaches. An einer familiären Veranlagung ist nichts zu ändern, zumindest aber sollte sie zu einer noch engagierteren Mundhygiene motivieren. Rauchen hat jedoch multiple schädliche Effekte. Entscheidend bezüglich der Parodontitis ist die Schwächung der Immunantwort auf den bakteriellen Angriff. Zudem treten bei starken Rauchern besonders häufig Wundheilungsstörungen im Mund- und Rachenraum auf. Zu den weiteren Parodontitis-Risikofaktoren zählt neben Diabetes mellitus – ein schlecht eingestellter Diabetiker hat ein höheres Risiko, an Parodontitis zu erkranken – auch eine Schwangerschaft. „Jedes Kind kostet einen Zahn“, sagt bekanntlich der Volksmund. Deshalb sollte der Mundhygiene während dieser Zeit besonders große Aufmerksamkeit geschenkt werden.

Eine erfolgreiche Behandlung ist möglich

Eine systematische Parodontitis-Therapie bringt rasche Besserung. Wichtig ist die mechanische Entfernung des Biofilms von den Wurzeloberflächen durch die Taschenreinigung mit speziellen flächenspezifischen Handinstrumenten. Hierfür wird das Zahnfleisch mit einem Anästhesie-Gel betäubt, eine Lokalanästhesie mit Injektion ist nur selten erforderlich. Die über den DNS-Sonden-Bakterientest nachweisbaren besonders aggressiven Bakterien sitzen tief in den Zahnfleischtaschen und ziehen sich bis ins Gewebe zurück. In schweren Fällen muss daher ein Antibiotikum zum Einsatz kommen. Da Antibiotika als Nebenwirkung aber die Darmflora in Mitleidenschaft ziehen können, wird mit der Gabe von Probiotika gegengesteuert.

Schonend und nebenwirkungsfrei – die photodynamische Therapie

Die photodynamische Therapie Helbo® kann die Antibiose, also die Verwendung von Antibiotika, ergänzen oder im Einzelfall ganz ersetzen. Darunter versteht man ein Verfahren mit Licht in Kombination mit einer lichtaktivierbaren Substanz. Ein spezieller blauer Farbstoff wird in die Zahnfleischtasche appliziert und heftet sich an die Bakterienwand. Durch Aktivierung mittels Laserlicht entsteht nun reaktiver Sauerstoff, der die Zellmembran zerstört und nur die Bakterien gezielt abtötet. Die Vorteile dieser Methode: Sie ist schmerz- und nebenwirkungsfrei, schnell und wirksam. Allerdings sollte die Helbo®-Therapie nur auf gereinigten Wurzeloberflächen angewendet werden.



Dentalhygienikerin B.Sc. Beate Ziolkowski bei der Zahnaufhellung mit ZOOM!®

Die beste Vorsorge: „Saubere Zähne erkranken nicht“

Für den weiteren langfristigen Erfolg unverzichtbar sind eine engagierte Mundhygiene zu Hause und die regelmäßige parodontale Erhaltungstherapie durch die Dentalhygienikerin, getreu dem Motto „Saubere Zähne erkranken nicht“. Zur jährlichen zahnärztlichen Routineuntersuchung gehört deshalb auch eine Zahnfleischtaschenmessung, bei der an sechs Punkten um den Zahn die Taschentiefe sondiert wird; gesund sind 0,5 bis 2,5 mm. Von der Dentalhygienikerin werden zudem regelmäßig Plaqueindex und Blutungsneigung erfasst. Die ermittelten Werte lassen dann eine Aussage über den Gesundheitszustand des Zahnfleisches und des Zahnhalteapparates zu. Bei Patienten mit Parodontitis sollte darüber hinaus alle zwei Jahre eine Panoramaröntgenaufnahme angefertigt werden, um entzündlichen Knochenabbau zu erfassen. Und: Die Bestimmung der Erbanlagen hilft, die Veranlagung zu besonders aggressiv verlaufenden Formen der Parodontitis möglichst frühzeitig zu erkennen, und hat damit entscheidenden Einfluss auf Therapiekonzept und -erfolg.

Mehr Schutz und Revitalisierung mit Dentcoat®

Mit Dentcoat® kann der Zahnschmelz endlich sichtbar repariert und natürlich aufgehellt werden. Dank einer Mischung aus flüssigem Bioglas, gelöst in Ethanol, entstehen kleinste Silizium-Kristalle auf dem Zahnschmelz, die den Zähnen eine glatte und glänzende Zahnoberfläche verleihen. Derart geschützt können sich Proteine und Mikroorganismen nur noch schwer an den Zähnen anheften, und Entzündungsprozesse wie Parodontitis, Gingivitis und Karies werden deutlich reduziert: Der Zahnschmelz ist nachhaltig geschützt und gestärkt. Weitere Behandlungsmöglichkeiten mit Dentcoat® sind die Desensibilisierung der Zähne, ein Langzeitkarieschutz sowie die Reduktion von Verfärbungen und der Schutz des festsitzenden Zahnersatzes wie Implantate, Kronen und Brücken.

Die „Crème de la Crème“-Behandlung für weißere Zähne

Deutlich weißere, hellere Zähne, ohne diese zu beschädigen? Mit der besonderen Methode einer klassischen Konditionierung der Zähne mit anschließender Versiegelung ist dies effektiv und schonend möglich. Die Zahnaufhellung mit ZOOM!® ist ein sicheres Verfahren mit einer sofort sichtbaren Aufhellung um vier bis acht Farbnuancen nach nur einer Behandlung. Ein Erfolg, der bei guter Zahnpflege bis zu vier Jahre hält. Im ersten Schritt werden dafür die Schleimhäute, die Lippen und das Zahnfleisch geschützt. Das Licht der ZOOM!®-Lampe aktiviert dann das vorher aufgebraute Gel auf den Zähnen. Der dabei entstehende aktive Sauerstoff entfernt schonend die dunklen Farbpigmente in der Zahnhartsubstanz. Zum Schluss wird die Zahnoberfläche mit Dentcoat® versiegelt und geschützt. Und da ist es dann wieder: Ihr natürlich weißes und gesundes Lächeln!



Praxis für Zahnheilkunde,
Dr. med. dent. Tilo Bartels & Kollegen,
Theatinerstraße 47 – Betten Rid Haus,
80333 München. Tel. 089/299991,
www.dr-bartels.de