

# Zungenreinigung in Prophylaxe integrieren

*Es gibt viele Wege, jährlich weniger als 10 Millionen Zähne in Deutschland wegen Karies oder Parodontitis zu ziehen. Mit der kontinuierlichen Aufklärung der Patienten wird klar, dass Zahnverlust nicht sein muss, weil sowohl Karies als auch Parodontitis in den meisten Fällen mit einfachen Mitteln verhindert werden können.*

## ► Redaktion

### info:

Eine Bibliographie zum Thema erhalten Sie bei:  
One Drop Only GmbH  
Stieffring 14  
13627 Berlin  
info@onedroponly.de

**W**ährend der modernen, präventiv orientierten Prophylaxesitzung sollte als ein weiterer Weg zu dauerhaft gesunden Zähnen und Zahnfleisch die Zungenreinigung wieder zum Thema gemacht werden. Schließlich erscheint der Zungenreiniger gar als die wichtigste Innovation in der Dentalhygiene seit der Einführung der Zahnseide. Dies v.a. deshalb, weil durch regelmäßiges Reinigen der Zunge neben der Geschmacksverbesserung rund ein Drittel der Plaque bildenden Mikroorganismen im Speichel reduziert werden. Auch dies ist eine quantitativ wichtige, indirekte Karies- und Parodontitisprophylaxe. Zungenreinigung ist nicht neu. Sie ist auch mit speziellen Instrumenten nicht neu. Im Gegenteil: Seit über 4.000 Jahren reinigen sich Menschen auf der ganzen Welt die Zunge. Die Beweggründe sind in der Regel hygienischer, medizinischer oder religiöser Natur. Als erster Mediziner sprach Diokles um 400 v. Chr. davon, sich Zunge, Zähne und das Zahnfleisch zu reinigen. Erst im 18. Jahrhundert erreichte der Zungenreiniger in Europa seine „Serienreife“. Ab 1930 ging die Verwendung zurück und die Zahnpasta erlebte ihren Aufschwung.

### Studien zum Zungenreiniger

Doch Zahnbürste und Zahncreme allein sind selbst bei regelmäßigem Gebrauch nicht ausreichend für eine Zahn erhaltende Pflege. Die Sinnhaftigkeit des Zungenreinigers wurde in wissenschaftlich unabhängi-

gen Studien der Charité, Berlin, und dem Deutschen Institut für Pflegemittelhilfsforschung und -beratung Göttingen belegt. Die Göttinger Pflegeforscher untersuchten speziell den Zungenreiniger von „Nur 1 Tropfen“ des Berliner Unternehmens One Drop Only, da dieser durch seine patentierte Kombination aus Bürste und Schaber besonders geeignet erscheint. Indem man zunächst mit der einen Seite die Beläge insbesondere auf dem dorsalen Teil der Zunge mit dem Bürstenkranz löst und diese mit der Schaberseite abzieht, beseitigt man den Zungenbelag effektiv – ohne die Zungenschleimhaut histologisch zu schädigen. Auf dem dorsalen Teil der Zunge sind die Furchen besonders tief, weshalb 90% der Zungenbakterien dort angesiedelt sind. Der Zungenreiniger von One Drop Only ist daher flach gebaut – flacher als jede Zahnbürste –, um genau dahin zu gelangen.

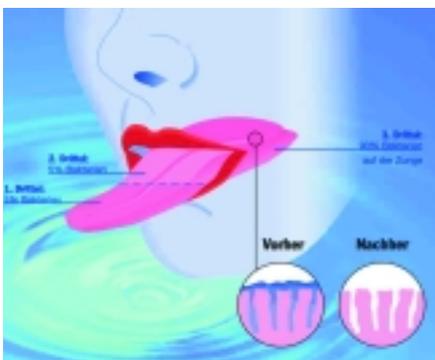
### Saubere Zunge statt Mundgeruch

Nähme man die Zungenreinigung wieder in die tägliche Mundhygiene auf, ergäbe sich ein äußerst angenehmer Nebeneffekt der indirekten Kariesprophylaxe: Bei einer Großzahl der Betroffenen (in Europa immerhin ca. ein Drittel der Bevölkerung!) würde sich der Mundgeruch drastisch verringern. Die Ursachen von Mundgeruch sind bekannt: Unwissen herrscht oftmals darüber, wo er entsteht. Bei 86 Prozent der Betroffenen im Mundraum, zu 41% davon auf der Zunge, wie Delanghe 1999 feststellte. Gelingt es, den Patienten die Notwendigkeit der Zungenreinigung zu vermitteln, beendet man damit zugleich für viele Menschen das alte Tabuthema Mundgeruch. ◀

*Der Beitrag beruht auf den Angaben des Herstellers.*



Zungenreinigung muss wieder Thema in der Prophylaxe werden.



Die Sinnhaftigkeit des Zungenreinigers wurde bisher in wissenschaftlich unabhängigen Studien der Charité, Berlin, und dem Deutschen Institut für Pflegemittelhilfsforschung und -beratung belegt.