

Zahn- und Parodontalerkrankungen gehen häufig mit Mundgeruch einher – kein Wunder also, dass viele Patienten auch bei diesem Problem kompetenten fachlichen Rat suchen. Zahnarzt Kai Bachor aus Hamburg beantwortet Fragen rund um das Thema Mundgeruch.

## Schlechter Atem kann ein Alarmsignal sein

Redaktion

### Welche Rolle spielt Halitosis, also Mundgeruch, in Ihrer Praxis?

Als Zahnarzt behandle ich täglich Menschen mit Erkrankungen der Zähne oder des Zahnhalteapparates. Die meisten werden durch Bakterien wie etwa *Streptococcus mutans* verursacht, die nicht nur die Mundgesundheit beeinträchtigen, sondern auch ausgesprochen unangenehm riechende Abbauprodukte produzieren.

### Wie sprechen Sie betroffene Patienten auf das Problem an?

Gerade Mundgeruch ist ein sensibles Thema, über das niemand gern spricht. Ich habe jedoch die Erfahrung gemacht, dass betroffene Patienten für entsprechende Hinweise von mir durchaus dankbar sind. Das liegt meiner Ansicht nach an dem sachlichen Kontext, in dem ein solches Gespräch stattfindet: So kann ich Patienten beispielsweise über die gesundheitlichen Folgen von Zahnfleischentzündungen infolge Zahnbelag, auch Plaque genannt, aufklären und dabei auf die damit verbundenen Gerüche hinweisen.

### Was sind die Ursachen für Mundgeruch?

Meist ergibt meine Untersuchung als Ursache ein zahnmedizinisches Problem – schließlich entsteht Halitosis in 90% aller Fälle im Mund- und Rachenraum. Häufig ist mangelnde Mundhygiene und deren Folgeerkrankungen des Zahnfleisches, Gingivitis und Parodontitis, aber auch Karies unter überstehenden Kronenrändern oder deren defekten Füllun-

gen ein Auslöser. Schlechter Atem kann immer auch ein Alarmsignal sein, das auf bis dato unerkannte Leiden hinweist. Dazu gehören neben Soorinfektionen auch chronische Entzündungen der Kiefer- und Nasennebenhöhlen, der Rachenmandeln, der Magenschleimhaut und Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes. Wenn ich den Verdacht habe, dass eine ernsthafte Gesundheitsstörung vorliegt, rate ich stets dazu, einen entsprechenden Spezialisten aufzusuchen.

### Welche Faktoren begünstigen schlechten Atem?

Bei vielen meiner Patienten stelle ich Versäumnisse bei der Mundhygiene fest. Ein wahrer Tummelplatz für Keime ist zudem der dorsale Teil der Zunge. Viele Erreger werden durch den natürlichen Speichelfluss beseitigt. Ist die Mundhöhle jedoch zu trocken – etwa weil der Betroffene viel durch den Mund atmet, bestimmte Medikamente einnimmt oder unter starkem Stress steht – vermehren sie sich rasch. Oft spielt auch die Ernährung eine entscheidende Rolle: Kaffee, Zigaretten, Milchprodukte – das alles kann unangenehme Gerüche hervorrufen. Besonders gut vermehren sich Bakterien natürlich in einer zuckerreichen Umgebung – Pfefferminzbonbons, die vorerst Atemfrische versprechen, wirken so oft kontraproduktiv.

### Wodurch lässt sich Mundgeruch verhindern?

Ein intaktes Gebiss und eine gesunde Mundflora bieten den besten Schutz gegen

Halitosis. Eine sorgfältige und regelmäßige Zahnhygiene ist die Grundvoraussetzung für die Gesunderhaltung von Zahnfleisch und Zähnen. Sind die geruchsverursachenden Bakterienherde beseitigt – etwa durch Prophylaxe- und Parodontitisbehandlung – schwindet meist auch der Mundgeruch. Eine wirksame Bekämpfung setzt allerdings die Mitarbeit des Patienten voraus.

### Wie lässt sich das Problem besonders während langwieriger Behandlungen lindern?

Ich empfehle meinen Patienten begleitend zur Behandlung die Einnahme von Chlorophyll-Dragees, wie z.B. Stozzon® aus der Apotheke: Sie enthalten den Wirkstoff Chlorophyllin-Kupfer-Komplex, der sich durch seine desodorierenden und bakteriostatischen Qualitäten auszeichnet. Während zum Beispiel Mundwasser oder Atempastillen störende Gerüche nur überdecken, wirken die Dragees direkt am Ort der Geruchsentstehung. Sie können die Aktivität eiweißspaltender Enzyme beeinflussen, sodass riechende Verbindungen gar nicht erst entstehen. Darüber hinaus können sie die Vermehrung von Bakterien hemmen, die geruchsintensive Stoffwechsel- und Abbauprodukte produzieren. ◀

