

Prophylaxe auch im Alter von Bedeutung

Studie zeigt, dass es für Prophylaxemaßnahmen nie zu spät ist



* Egal in welchem Zustand die Zähne sind – Prophylaxe ist immer wichtig.

■ (BZÄK/DZ today) Ein Leben lang gesunde Zähne. Mit der richtigen Vorbeugung bleibt dies kein frommer Wunsch. Wie das geht, zeigen Colgate und die Bundeszahnärztekammer (BZÄK) in einer gemeinsamen Broschüre auf. Der Ratgeber mit dem Titel „Gesunde Zähne – ein Leben lang“ wendet sich besonders an Menschen in der zweiten Lebenshälfte und gibt wertvolle Tipps, um Erkrankungen der „reifen“ Zähne und des „reifen“ Zahnfleisches effektiv vorzubeugen. Schließlich gewinnt durch den demographischen Wandel in unserer Gesellschaft die Prophylaxe bei der 50-Plus-Generation stetig an Bedeutung.

Die Deutschen werden immer älter und leben immer länger. Um die Gesundheit dieser Bevölkerungsgruppe bis ins hohe Alter zu bewahren, ist die gezielte Vorsorge gegenüber Krankheiten von zentraler Bedeutung. Dazu gehört auch die Vorbeugung von Zahndurchfleischerkrankungen. Die bisher erreichten Erfolge in der Zahnhelkunde belegen, dass es möglich ist, die Mundgesundheit bis ins hohe Alter zu erhalten. Verschiedene Studien haben die Zusammenhänge zwischen aktiver Vorsorge und erfolgreichem Erhalt der Mundgesundheit mittlerweile belegt. Dass die Zahngesundheit bei den über 50-Jährigen ein wichtige

tiges Thema ist, zeigt auch eine repräsentative Umfrage, die das Meinungsforschungsinstitut Emnid im Auftrag von Colgate im August 2003 durchgeführt hat. 85 Prozent der Befragten gaben dabei an, dass ihnen die Gesundheit von Zähnen und Zahnfleisch heute wichtiger ist als früher. Damit bestätigt sich der Trend, dass auch ältere Menschen immer größeren Wert auf Gesundheit und Wellness legen. Dabei dürften auch die eigenen Erfahrungen eine Rolle spielen. Schließlich tragen bereits 51 Prozent der über 50-Jährigen eine Teil- oder Vollprothese und haben damit am eigenen Leibe erfahren, dass sie mangelnde Vorsorge und Pflege mit schlechter Zahngesundheit und -zähnen verbunden sehen.

Klinische Studien des Instituts der Deutschen Zahnärzte zufolge kommen bei 65 Prozent der Personen über 64 Jahre Erkrankungen des Zahnhelkapparates (Parodontitis) vor. In der aktuellen Emnid-Umfrage geben aber nur 13 Prozent der Befragten an, an Parodontitis erkrankt zu sein. Diese Diskrepanz ist nicht zuletzt auf man-

gelnde Kenntnisse über Erkrankungen von Zähnen und Zahnfleisch zurückzuführen. Colgate und BZÄK haben sich daher vorgenommen, solche Informationslücken zu schließen. „Mit der Broschüre wollen wir die über 50-Jährigen für das Thema Prophylaxe sensibilisieren und sie zu aktiver Vorsorge motivieren. Denn mit der richtigen Vorbeugung werden nicht nur die Zähne bis ins hohe Alter erhalten, sondern auch die Lebensqualität“, fasst Dr. Dietmar Oesterreich, Vizepräsident der BZÄK, das Konzept des neuen Ratgebers zusammen.

Eine besonders wirkungsvolle Vorbeugung stellt die professionelle Zahncleingung (PZR) beim Zahnarzt dar. „Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass die PZR die ideale Ergänzung ist, um Zähne und Zahnfleisch bis ins hohe Alter gesund zu halten“, erklärt Dr. Frauke Müller, die Privatdozentin für Alterszahnhelkunde an der Universität Mainz ist und die Entstehung des Ratgebers wissenschaftlich begleitet hat. Dass schon viele ältere Menschen um den Nutzen der PZR wissen, belegt auch die bereits zitierte Emnid-Umfrage. Sie kommt zu dem Ergebnis, dass 57 Prozent der über 50-Jährigen bereits einmal eine PZR haben durchführen lassen. □

Parodontitisbehandlung kann Frühgeborenen verhindern

Neue Erkenntnisse einer US-Studie über den Zusammenhang von Schwangerschaft und Zahngesundheit

■ (Multimedica/DZ today) Bei einem Viertel aller Frühgeborenen ist die Ursache nicht bekannt. Eine Offenbacher Studie zufolge könnten jedoch allein 18,2 Prozent aller „Frühchen“ in Zusammenhang mit einer unerkannten oder unbekannten Parodontitis der Mutter stehen. Bei einer Parodontitis kommt es zu Entzündungen von Zahndurchfleisch, Zahnwurzeln und Kiefer. Schwangeren sind auf Grund von Nährstoffengüssen davon besonders häufig betroffen. Mediziner sprechen von einem 7,5-fach erhöhten Risiko für eine Frühgeburt, wenn die Mutter unter chronischen Entzündungen des Zahndurchfapparats leidet.

US-Wissenschaftler der Universität Alabama haben nun in einer Studie mit 366 Schwangeren gezeigt, dass eine nicht chirurgische Behandlung der Parodontitis das Risiko erheblich senkt, vor der 36. Schwangerschaftswoche zu ent-

binden. An der Untersuchung nahmen Frauen in der 21. bis 25. Schwangerschaftswoche teil, deren Zahndurchfleisch auf Grund entzündlicher Prozesse in drei von vier Kiefernabschnitten um drei Millimeter zurück gegangen war. Sie wurden in drei Gruppen aufgeteilt.

Bei der ersten Gruppe wurden die Zähne lediglich gereinigt, und die Frauen bekamen ein Placebo. In der zweiten Gruppe erhielten eine gründliche Zahncleingung, die auch

die Wurzeloberflächen der Zähne in den Zahndurchfleischtaschen (Kürettage) einschloss, sowie ein Scheinmedikament. Beim letzten Drittel der Teilnehmerinnen wurde nur eine Kürettage gemacht und anschließend Metronidazol verabreicht. Das Medikament aus der Gruppe der Antibiotika töte besonders solche Erreger ab, die keinen Sauerstoff benötigen, so genannte Anaerobiker. Anaerobiker tummeln sich bevorzugt in Zahndurchfleischtaschen und sorgen dafür, dass eine Parodontitis chronisch wird. Anti-

biotika dürfen während der Schwangerschaft nur bedingt eingenommen werden, weil sie dem Ungeborenen schaden können.

Den 366 Studienteilnehmerinnen standen 723 schwangere Frauen mit unbehandelter Parodontitis zur Kontrolle gegenüber. Nach der Entbindung verglichen die Wissenschaftler die Geburtssterne. Sie stellten fest, dass Frauen, die eine gründliche Zahncleingung und eine Kürettage genossen hatten, achtmal seltener vor der 36. Schwangerschaftswoche entbunden hatten als unbehandelte Frauen aus der Kontrollgruppe.

Zur Überraschung der Forscher brachten Mütter, die nach der Kürettage vorbeugend Metronidazol eingenommen hatten, ihre Kinder früher auf die Welt als Frauen der Gruppe zwei. Diese Besonderheit wollen die Wissenschaftler in weiteren Studien klären, hieß es aus Alabama. □



Die richtige Zahnbürste für gesunde Zähne

Neuartige Zahnbürsten mit spezieller Borstenanordnung reinigen effektiv und schonen das Zahndurchfleisch



* Gesunde Zähne durch richtiges Putzen und die richtige Zahnbürste.

■ (ots/DZ today) Horizontales, kräftiges Putzen, vor allem aber zu harte Zahnbürsten führen schon bei den Kindern zu Verletzungen im Zahnhalsbereich. Gesundes Zahndurchfleisch ist an den Zähnen mit den Saumzellen festgemacht; sie bilden eine Barriere gegen Giftstoffe aus bakteriellen Zahnbela-

gen. Wird dieser Schutzschildelöchrig, kommt es zu Zahndurchfleischentzündungen, die auf den ganzen Zahndurchfleißapparat übergreifen und die Zahnhälfte frei liegen können. Das verursacht nicht nur Überempfindlichkeit. Durch die Zahndurchfleischschwundbildung lockern sich die Zähne und in letzter Kon-

sequenz droht ihr Verlust. Ein akutes Problem, denn die Zähne sind alarmierend: Bei mehr als 60 Prozent der Erwachsenen und bei 30 Prozent der Schulkindern sind Entzündungserscheinungen am Zahndurchfleisch feststellbar. Da heißt es, möglichst schon im Milchzahn-Alter vorbeugen, und zwar mit effektiver Zahngesundheit. Grund genug für Elmex, eine Zahnbürste zu entwickeln, die alle Kriterien der Zahndurchfleischberücksichtigt. Darüber hinaus bieten die neuen Elmex inter-X-Zahnbürsten sogar Zusatznutzen, z.B. eine überlegene Reinigungsleistung in den „kritischen Zonen“ und eine besondere Schonung des Zahndurchfleisches. Beides wurde im klinischen Leistungsnachweis bestätigt (Innenbericht, GABA International 1999). Möglich macht das die innovative Dreikomponententechnologie der inter-X-Zahnbürsten, die das Zusammenspiel von Bürstenkopf, Borsten und Griff optimiert. Ein großes Plus ist die Anordnung der Borsten. Wie sie für die beste Reinigungsleistung gestellt sein müssen, wurde in mehreren Testreihen erprobt. Das Ergebnis: X-gestellte Borstenbündel in zwei millimetergenau aufeinander abgestimmten Höhen, die sich beim Zahnpolzen optimal ergänzen. Die kürzeren Borsten reinigen nämlich die Glattflächen der Zähne, während die längeren in Zahnhöhlensäume vordringen. Für Haltbarkeit sorgen das moderne Kunststoffmaterial der Borsten und ihre Verankerung im Bürstenboden. □

Teegenuss ist gut für die Zähne

Inhaltsstoffe von Tee schützen vor Karies

■ (ots/DZ today) Täglicher Teegenuss trägt zum Schutz vor Karies bei. Die im Tee enthaltenen Substanzen stärken den Zahnschmelz und verhindern



eine übermäßige Säurebildung im Mund.

Oberstes Gebot für gesunde Zähne ist natürlich täglicher Zahnpolzen. Darüber hinaus empfiehlt es sich aber auch, regelmäßig Tee zu trinken. Denn jedes Teeblatt speichert eine Fülle wertvoller Inhaltsstoffe, die beim Aufbrühen in das heiße Wasser übergehen. Tee enthält größere Mengen an Mineralstoffen und Spurenelementen, wie z.B. Fluorid. Das härtest den Zahnschmelz und schützt somit vor Karies. Bereits ein Liter schwarzer Tee versorgt den Körper mit rund zwei Milligramm Fluorid. Diese Menge deckt etwa 50 Prozent des Tagesbedarfs eines Erwachsenen. Kaum ein anderes Lebensmittel hat einen derart hohen Fluoridgehalt. Ein zusätzlicher Schutz vor

Karies bietet die im Tee enthaltenen Polyphenole. Sie hemmen im Mund die Umwandlung von Stärke in Traubenzucker, der den Plaquebakterien als Nahrungsgrundlage für die Produktion zahnschädigender Säuren dient. Polyphenole schützen aber nicht nur vor Karies, sie binden auch die freien Radikale im Körper und dämmen dadurch die Produktion von schädlichen Sauerstoffradikalen ein. Studien deuten darauf hin, dass die antioxidativ wirkenden Substanzen z.B. Herz- und Kreislauf-Erkrankungen und Krebs entgegenwirken können. Schon zwei Tassen Tee enthalten etwa gleich viele Antioxidantien wie vier Äpfel oder 20 Tassen Apfelsaft. □

Weisse Zähne durch Kaugummi

Eine türkische Studie belegt den positiven Effekt des regelmäßigen Kauens



* Ein strahlend weißes Lächeln durch Kaugummi.

■ (Medical Tribune/DZ today) Häufiges Kauen lässt die Zahnestrahlen. Zu diesem Ergebnis kam nun eine türkische Studie. Von 76 Teilnehmern konnte sich mehr als die Hälfte über einen Rückgang der Verfärbungen freuen. Sämtliche Probanden, alles junge Erwachsene, hatten braune Verfärbungen an den Zähnen, ausgelöst beispielsweise durch Tabak, Tee, Kaffee oder Rotwein. Sie wurden in zwei Gruppen unterteilt: Die erste Gruppe kam die „normalen“ Prototyp-A-Kaugummis, welche nur Zuckerkohle, Glycerin und Aromastoffe enthielten. Die restlichen Teilnehmer erhielten Kaugummis des Prototyps B, dieser war zusätzlich mit Phosphaten und Bikarbonaten versehen. Die Studie lief über vier Wochen, in denen die Teilnehmer dreimal am Tag jeweils nach dem Essen, zwei Streifen für 15 Minuten kauen mussten. Das Ergebnis war durchaus sehenswert: 48 Prozent der ersten Gruppe und 64 Prozent der zweiten

sprachen von einem deutlichen Rückgang ihrer braunen Flecken. Beide Formen des Kaugummis helfen somit bei Verfärbungen, wenn auch der Prototyp B mit den zugefügten Substanzen effektiver ist. Die Wissenschaftler aus Istanbul raten Betroffenen, nur erst Kaugummi zu kauen, bevor sie es mit diversen Zahnteile Produkten verwenden, da diese des öfteren schädlich für die Zähne sein können. □

Infos im Internet

Weitere Informationen, aktuelle Nachrichten und Veranstaltungshinweise aus der Welt der Zahmedizin finden Sie im Internet unter:
www.uptodate.com
www.mycommunications.de