

# Macht unser Essen die Zähne krank, gesund oder was?



## Liebe Kolleginnen und Kollegen,

es ist hinlänglich bekannt und schon sehr lange wissenschaftlich bewiesen, dass eine „falsche“ Ernährung zu Zahnhartsubstanzdefekten wie auch zu Erkrankungen am Zahnhalteapparat führen kann. Spätestens im Kindergarten wird den Kindern und den Eltern erklärt, dass Lebensmittel mit hohem Zuckergehalt, also kurzkettigen Kohlenhydraten, die Zähne angreifen und schädigen können. Schaut man sich nun die epidemiologische Datenlage an, so lässt sich mit Stolz erkennen, dass die Prophylaxe greift und sich die Zahl der kariesfreien Kinder in den letzten knapp 20 Jahren verdoppelt hat. So weit, so gut!

Aber wie sieht es mit einer gesund machenden Ernährung aus? Können Ernährungsgewohnheiten dazu führen, dass beispielsweise eine Parodontitistherapie dadurch positiv unterstützt wird? Apropos Parodontitis: Genau hier sollte man ansetzen. Zwar geht die Zahl der schweren Parodontitiden zurück, aufgrund der demografischen Entwicklung steigt der Behandlungsbedarf aber an. Wie können uns nun Proteine, Antioxidantien, Omega-3-Fettsäuren, Mineralstoffe, Vitamine und auch Kohlenhydrate dabei unterstützen, die parodontale Gesundheit zu verbessern? Schon 2011 haben Tonetti & Chapple darauf hingewiesen, wie Ernährungsgewohnheiten die Parodontitistherapie positiv beeinflussen können. Sind wir mehr als zehn Jahre danach schlauer?

In diesem Journal bieten sich die Möglichkeiten, Ihr Wissen auf dem Gebiet der gesunden Ernährung, dem Zusammenhang zwischen Mundgesundheit und Psyche sowie dem Einsatz von Mundspüllösungen in der PA-Therapie zu ergänzen, aktuelles Handeln zu hinterfragen und Ihr Behandlungskonzept zu verfeinern. Ich wünsche Ihnen viel Spaß bei Ihrer täglichen Arbeit und beim Weiterbilden.

Herzlichst,

Ihr Thorsten Auschill

### **Prof. Dr. Thorsten Auschill**

Abteilung für Parodontologie und peri-implantäre Erkrankungen  
Med. Zentrum für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde  
Universitätsklinikum Gießen und Marburg GmbH  
Marburg

Infos zum Autor

