

Zusatznutzen von Mundspülungen mit ätherischen Ölen

Effektive Unterstützung für die Plaque-Reduktion und Mundgesundheit.



Prophylaxe ist das Fundament lebenslanger Mundgesundheit. Studien wie der kürzlich erschienene *BARMER Zahnreport*¹ und die Fünfte Deutsche Mundgesundheitsstudie (DMS V)² machen auf Kosten und Defizite bei der Mundgesundheit von Patienten aufmerksam. Mangelnde Mundhygiene kann zu Plaque führen, welche die Grundlage für gingivale und parodontale Entzündungen bildet. Durch entzündliche Erkrankungen des Zahnfleisches, die durch in Biofilmen organisierte Bakterien verursacht werden, entsteht häufig Parodontitis. Als Hilfsmittel der häuslichen 3-fach-Prophylaxe bieten Mundspülungen mit ätheri-

schen Ölen einen großen Zusatznutzen zum Erhalt der Mundgesundheit. Was sagen Studien über ihren Effekt auf Plaque und Gingivitis in Ergänzung zur mechanischen Reinigung?

Volkserkrankung Parodontitis

Parodontitis ist nach wie vor eine der häufigsten chronischen Erkrankungen weltweit. Wie die Fünfte Deutsche Mundgesundheitsstudie (DMS V) herausfand, sind rund 43 Prozent der Deutschen zwischen 35 und 44 Jahren von moderater Parodontitis betroffen.² Parodontale Erkrankungen wiederum gelten bei Erwachsenen als eine häufige Ursache für Zahnverlust.³ Der aktuelle *BARMER Zahnreport* deutet ebenso auf einen erhöhten Prophylaxe-Bedarf eines Teils der Bevölkerung hin: Demnach wiesen die obersten 10 Prozent der Versicherten zwischen 25 und 74 Jahren innerhalb von zehn Jahren durchschnittlich 20 Füllungen auf.¹

Mechanische Reinigung allein häufig nicht ausreichend

Neben der regelmäßigen Vorsorgeuntersuchung und der professionel-

len Zahnreinigung in der Zahnarztpraxis ist die tägliche mechanische Reinigung durch die Patienten unerlässliche Grundlage für die Plaque-Entfernung. Als Hilfsmittel kommt hierbei im Alltag vor allem die Zahnbürste zum Einsatz, die Anwendung

von Hilfsmitteln zur Interdentalraumreinigung erfreut sich jedoch keiner großen Beliebtheit: Wie eine Umfrage zeigt, verwenden nur 33 Prozent der Befragten regelmäßig Zahnseide, bei den Interdentalbürsten sind es noch weniger (8 Prozent).⁴ Mit Zahnbürste und Interdental-

pflege werden die Zähne, also nur ca. 25 Prozent des Mundraumes, erreicht. Um den sich fortlaufend neu bildenden Biofilm und die damit einhergehende mikrobielle Belastung des Mundraums in Schach zu halten, bedarf es eines umfassenden häuslichen Biofilmmanagements. Die mechanische Zahnreinigung mithilfe einer Zahnbürste allein reicht dazu oft nicht aus.

Klinische Studien zur Plaque-Prävention und -Reduktion

Die S3-Leitlinie empfiehlt neben dem Einsatz von elektrischen Zahnbürsten oder Handzahnbürsten und Interdentalbürstchen oder Zahnseide die Verwendung von Mundspülungen.⁵ Die Wirksamkeit von Mundspülungen mit ätherischen Ölen wurde in mehr als 30 Langzeitstudien untersucht. Auch zwei aktuelle klinische Studien^{6,7} zeigen diesen Zusatznutzen bei Ergänzung zum Zähneputzen:

- Die zum Zähneputzen zusätzliche Anwendung einer Mundspülung mit ätherischen Ölen führt zu einer 4,6 Mal höheren interproximalen Plaque-Prävention im Vergleich zu Zahnseide.⁶

Effekte auf Plaque und Gingivitis

Auch die aktuelle S3-Leitlinie zum häuslichen chemischen Biofilmmanagement spricht sich für das ergänzende Spülen mit einer Mundspülung mit antibakterieller Wirkung im Rahmen der 3-fach-Prophylaxe (zusätzlich zu Zähneputzen und Interdentalraumreinigung) aus.⁵ Dabei liegt nur für Mundspülungen mit einer speziellen Zusammensetzung ätherischer Öle und für jene mit CHX eine hervorragende Datenlage vor: Beide Inhaltsstoffe weisen die größten Effekte auf Plaque und Gingivitis auf.⁵

Argumente für das tägliche ergänzende Spülen mit Listerine

- Listerine enthält eine einzigartige Kombination aus bis zu vier ätherischen Ölen (Eukalyptol, Thymol, Menthol sowie Methylsalicylat).
- Mit dieser Formel bekämpft Listerine bis zu 99,9% der nach dem Zähneputzen verbleibenden Bakterien.
- Ihre antibakterielle Wirkung ermöglicht eine sehr gute Kontrolle des dentalen Biofilms und hält die Mundflora im Gleichgewicht.¹⁰



- Das ergänzende Spülen (zusätzlich zu Zähneputzen und Zahnseide) führt zu 28,4 Prozent mehr interproximaler Plaque-Reduktion im Vergleich zur Reinigung mit der Kombination aus Zahnbürste und Zahnseide.^{**7}

- Auch im Langzeitgebrauch der Mundspülungen sind keine Verfärbungen der Zähne zu erwarten.⁵
- Listerine ist mit über 150 Studien die meist erforschte tägliche Mundspülung.

Fazit

Für eine effektive Plaque-Reduktion reichen die Vorsorge in der Zahnarztpraxis und die mechanische Reinigung allein oft nicht aus. Wie mehrere Studien zeigen, kann das ergänzende Spülen mit einer Mundspülung mit ätherischen Ölen (zum Beispiel Listerine) zusätzlich zur mechanischen Reinigung einen signifikanten Zusatznutzen erzielen.

Bilder: Johnson & Johnson © GmbH

LISTERINE –
Johnson & Johnson GmbH
professional@listerine.de
www.listerineprofessional.de

