

Welchen Einfluss hat ein moderner Lifestyle auf unser Parodont?

Auf die Frage, welchen Einfluss ein moderner Lifestyle auf unser Parodont und damit sowohl direkt als auch indirekt auf die Allgemeingesundheit hat, soll im Folgenden eingegangen werden. Dabei wird ein Fokus auf die Aspekte Rauchen und Stress sowie daraus resultierende Lifestyle-Erkrankungen wie Diabetes mellitus und Herz-Kreislauf-Erkrankungen gelegt.

Text: Denise Zschach, Prof. Dr. Nicole B. Arweiler

© Foto von emily lau auf Unsplash

Während moderner Lifestyle Verhaltensweisen, Freizeitgewohnheiten, Styling von Körper und Kleidung umfasst, widmet sich die Lifestyle-Medicine, auch Lebensstilmedizin genannt, den gesundheitlichen Aspekten des Lebensstils. Dabei stehen vor allem Prävention und Therapie von Lebensstil-bedingten Erkrankungen, die auch als Zivilisations- oder Wohlstandserkrankungen bezeichnet werden können, im Mittelpunkt. Die entsprechenden Maßnahmen zur Ernährung, Bewegung sowie psychologische und soziale Hilfestellungen haben auch große Bedeutung für die Zahnmedizin.

Grundsätzlich kann ein moderner Lifestyle gesunde Lebensgewohnheiten umfassen (verstärktes Körperbewusstsein, sportliche Betätigung, ausgewogene Ernährung), und ein Trend dorthin ist zu verzeichnen. Allerdings überwiegen in der Bevölkerung eher ungesunde Verhaltensweisen wie beispielsweise Rauchen, ungesunde Ernährung inklusive hoher Alkoholkonsum und wenig Bewegung, sodass Zivilisationskrankheiten für die Medizin weltweit eine Herausforderung darstellen.

Vorkommen von Zivilisationserkrankungen

Betrachtet man unsere Gesellschaft unter dem Punkt Gesundheit, fallen mehrere Probleme auf:

Zum einen sind in Deutschland 53 Prozent der erwachsenen Frauen und 67 Prozent der erwachsenen Männer adipös. Das entspricht einem BMI von $\geq 25 \text{ kg/m}^2$.^{10,12} Die stark vertretene Adipositas in Deutschland ist vor allem auf ein falsches „Lifestyle-Verhalten“ zurückzuführen. Bewegungsmangel, Stress und eine falsche Ernährung machen einen Großteil der Hauptursachen aus. Dabei stellt die Adipositas einen Risikofaktor für Folgeerkrankungen wie Typ-2-Diabetes dar. Diabetes mellitus in Kombination mit einer Adipositas und einem Nikotinabusus sind beispielsweise ein Risiko für Arteriosklerose. Aus der Arteriosklerose wiederum entstehen als Folge atherosklerotisch bedingte kardiovaskuläre Erkrankungen, sogenannte CVDs (cardiovascular diseases: Myokardinfarkte, periphere arterielle Verschlusskrankheit,



Prof. Dr. Nicole B. Arweiler

Abteilung für Parodontologie
Universitätsklinikum Gießen und Marburg



Quellen

ischämischer Schlaganfall), welche oft zum Tode führen.¹⁵ Zum anderen rauchen rund 23 Prozent der Deutschen.¹⁴ Nikotinkonsum hat enorme Auswirkungen auf die allgemeine Gesundheit des Konsumenten. Vor allem die karzinogene Wirkung im Kopf-Hals-Bereich ist für Zahnmediziner von Bedeutung. Neben den malignen Tumoren kommt es durch den Tabakkonsum zu lokalen Schleimhautreizungen und unter anderem zu Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Sind erst einmal Folgeerkrankungen entstanden, entspringen daraus weitere Komplikationen und somit eine Spirale an gegenseitigen Einflüssen. Bei Diabetikern geht man von einem dreifach erhöhten Risiko aus, an einer Parodontitis zu erkranken. Bei Rauchern liegt ein 2,6-fach bis 6-fach erhöhtes Risiko vor, dass sich eine Parodontitis entwickelt.^{6,7} Ein weiterer nicht zu unterschätzender, aber nur sehr wenig untersuchter Risikofaktor für eine Parodontitis ist Stress. Auch wenn Stress sehr individuell definiert wird und daher nur wenige Zahlen dazu existieren, kann man davon ausgehen, dass ein sehr großer Teil der Bevölkerung davon betroffen ist. Stress hat auf mehreren Ebenen direkten und indirekten Einfluss auf das Parodont und kann bidirektional in Bezug auf eine Arteriosklerose oder einen Diabetes mellitus wirken. In Abbildung 1 ist generell das Pathogenese-Schema für das Entstehen einer Parodontitis ersichtlich ...

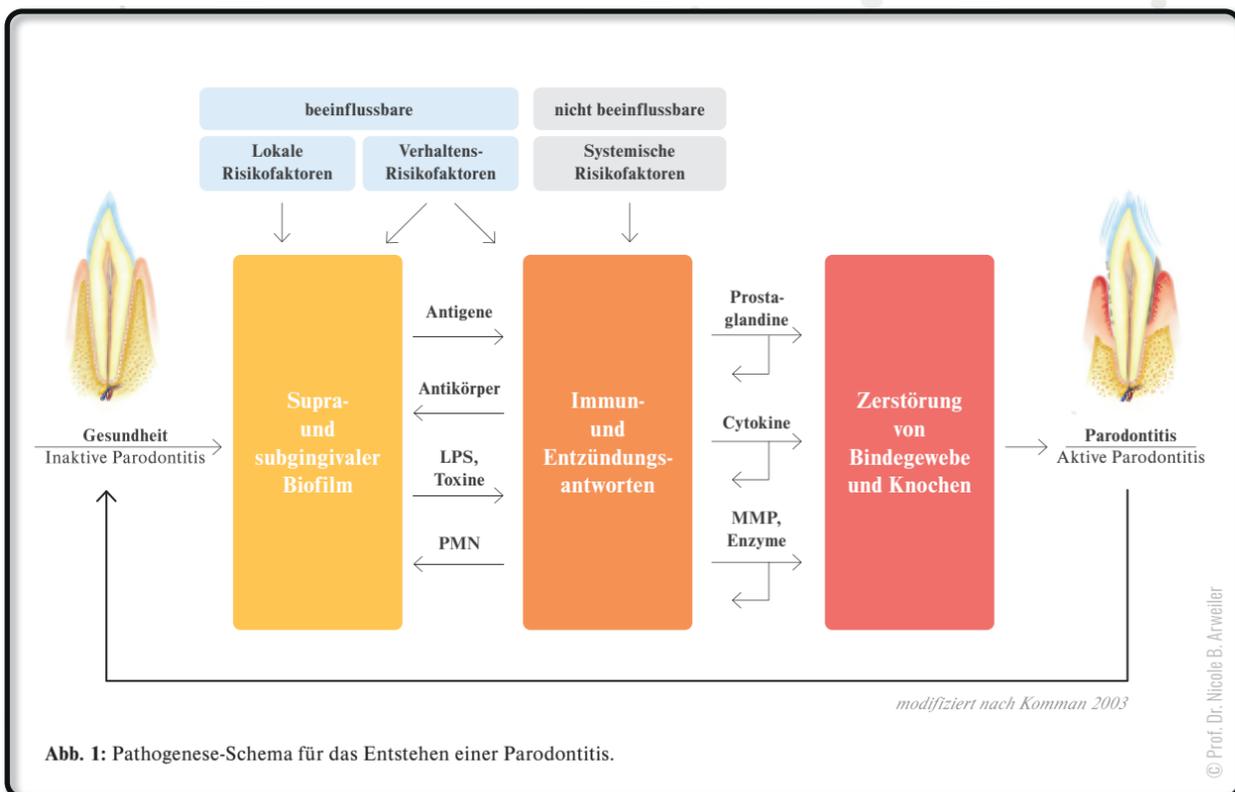


Abb. 1: Pathogenese-Schema für das Entstehen einer Parodontitis.

© Prof. Dr. Nicole B. Arweiler

Wie, schon Schluss? Nichts da!

T
Online gehts weiter im Text.

Lernt unsere Autorin kennen.