

Wechseljahre im Fokus

Neue Umfrage unterstreicht Aufklärungsbedarf.

Allein in Deutschland sind im Moment etwa neun Millionen Frauen in den Wechseljahren. Hitzewallungen, Schlafstörungen, Gewichtszunahme – diese Begleiterscheinungen sind geläufig. Weniger bekannt sind die frapierenden wechseljahresbedingten Veränderungen, die die Mundgesundheit betreffen, wie eine aktuelle Umfrage von TePe unter 2.050 Frauen zeigt. Die große Mehrheit (75 Prozent) der befragten Frauen wusste nicht, dass die Wechseljahre mitunter starke Auswirkungen auf die Zahn- und Mundgesundheit haben können. Nur knapp 20 Prozent (19,8 Prozent) haben bereits davon gehört, dass Mundtrockenheit eine wechseljahresbedingte Veränderung sein kann. Von Beschwerden an den Zähnen oder dem Zahnfleisch, verursacht durch die Hormonumstellungen während der Wechseljahre, wissen lediglich 14,8 Prozent. Gleichzeitig blieb laut der aktuellen Befragung kaum eine Frau ohne Beschwerden: 96 Prozent der Befragten bestätigen, während der Wechseljahre Beschwerden im Mundraum wahrzunehmen – und fast jede dritte Frau (29 Prozent) stellt postmenopausal fest, dass die Lebensphase Spuren an den Zähnen und dem Zahnfleisch hinterlassen hat. Dabei nimmt vor den Wechseljahren ein Viertel der Frauen keine Beschwerden im Mundraum wahr.

Jede dritte Frau leidet an Mundtrockenheit während der Wechseljahre

Vor allem Mundtrockenheit kommt in den Wechseljahren häufig vor, wie eine neue Studie erneut belegen konnte. Das bestätigt auch die aktuelle Umfrage von TePe: Mundtrockenheit wird vor den Wechseljahren nur von jeder zehnten Frau wahrgenommen (11 Prozent), im Verlauf der Wechseljahre leidet jede dritte Frau darunter (32 Prozent)! Die häufigsten Anzeichen von Mundtrockenheit: eine klebrige, trockene Zunge, trockene Lippen, vermehrter Durst, Schwierigkeiten beim Sprechen oder Kauen sowie Mundgeruch. Ursache ist im Rahmen der Wechseljahre der langsam sinkende Östrogenspiegel, der schleichende Auswirkungen auf die Schleimhäute haben kann. Ein sinkender Östrogenspiegel kann sowohl die Speichelproduktion als auch die Speichelzusammensetzung beeinflussen – mit möglichen Auswirkungen auf die Mundgesundheit während der Wechseljahre.

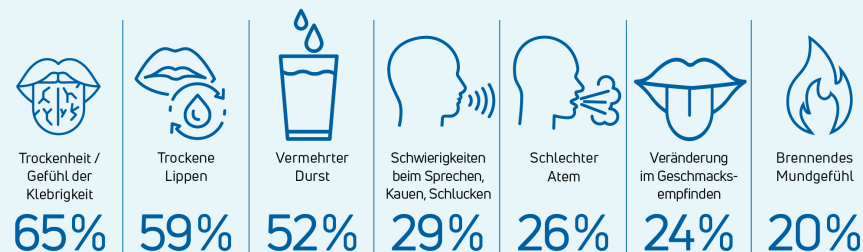
Das Ergebnis: Bei vielen Frauen ist peri- sowie postmenopausal eine leicht verminderte Speichelflussrate feststellbar und die Mundschleimhaut kann austrocknen. Vor den Wechseljahren sind laut der aktuellen Umfrage nur knapp vier Prozent der Frauen von einer reduzierten Speichelmenge betroffen (3,8 Prozent), während der Wechseljahre bemerken dies mehr als vier Mal so viele Frauen (17,2 Prozent).¹ Auch Zahnfleischprobleme treten bei 45 Prozent der Befragten während der Wechseljahre deutlich häufiger auf als davor (27 Prozent). Das gleiche gilt für die Parodontitis, die Entzündung des Zahnhalteapparats; vor den Wechseljahren ist jede fünfte Frau betroffen (19,5 Prozent) und danach sogar jede dritte (33,1 Prozent).

Echte Chance für Zahnärzte, Frauen aktiv zu begleiten

Mundtrockenheit kann umfassende Konsequenzen haben und ist weit mehr als nur ein unangenehmes Gefühl im Mund. Sie stellt einen Risikofaktor für die Mundgesundheit dar, denn Speichel hat unter anderem eine wichtige Reinigungs-, Mineralisierungs- und Schutzfunktion. Bei Speichelmangel steigt das Kariesrisiko, auch das Sprechen, Schlucken oder Schlafen und somit die Lebensqualität im Allgemeinen können beeinträchtigt sein. Mehr als die Hälfte der Frauen (56 Prozent) findet, dass die Wechseljahre generell im öffentlichen Diskurs – z. B. im Berufsleben, im Freundes- und Familienkreis – zu wenig thematisiert werden, wodurch die Mundtrockenheit oftmals zu einem stillen Leiden wird.

Die primäre Informationsquelle, um mehr über das Thema Mundgesundheit in den Wechseljahren zu erfahren, ist das Internet. Knapp jede dritte Befragte informiert sich hier (31,2 Prozent). Nur 17 Prozent der Frauen sprechen das Thema aktiv beim Zahnarzt an, 85 Prozent werden nicht proaktiv in der Zahnarztpraxis informiert. Diese Umfrage macht deutlich: Für Zahnärzte eröffnet sich nicht nur Potenzial, sondern eine echte Chance, Frauen in den Wechseljahren aktiv und wirkungsvoll zu begleiten. „Wir möchten zahnmedizinisches Fachpersonal ermutigen, aktiv zur Aufklärung beizutragen und bei Frauen in den Wechseljahren auf das Thema Mundtrockenheit aufmerksam zu machen. Zahnärzte können diese Lebensphase gestaltend mitbegleiten und als Chance nutzen, Patientinnen ganzheitlich zu unterstützen und präventiv zu handeln – und so möglichen Folgeerscheinungen gezielt vorbeugen“, erklärt Nora-Sophie Feulner, Dentalhygienikerin und Präventionsmanagerin bei TePe. „Findet ein solches Gespräch bereits vor den Wechseljahren statt, können Praxisteam und Patientinnen gemeinsam Veränderungen im Mundraum erkennen und mit einer guten Mundhygiene präventiv vorbeugen“, so Feulner weiter. Die Umfrage unterstreicht, dass eine gute Aufklärung gerade in Bezug auf die Mundgesundheit von allen Seiten deutlich gestärkt werden muss. Eine umfassende Aufklärung bedeutet weniger Verunsicherungen und eine bessere Vorbereitung – dann können auch weniger bekannte Begleiterscheinungen der Wechseljahre wie Mundtrockenheit klarer eingeordnet und besser damit umgegangen werden.

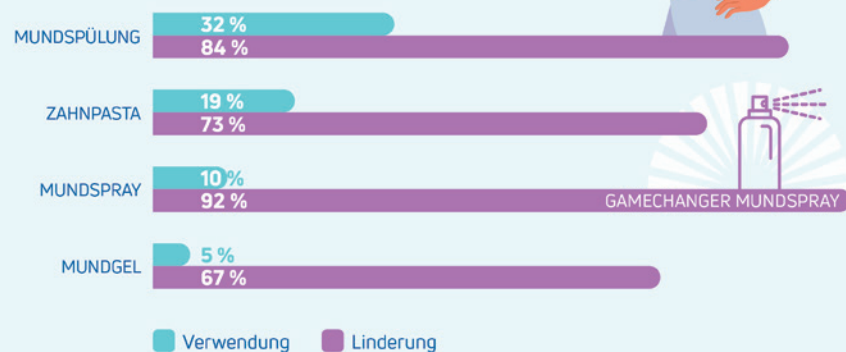
Mundtrockenheit in den Wechseljahren – häufigste Beschwerden



DER SPÜRBARE UNTERSCHIED

Was wirklich hilft, um Mundtrockenheit zu lindern

87 % der Frauen trinken Wasser.
Doch gezielte Produkte helfen oft besser:



nungen der Wechseljahre wie Mundtrockenheit klarer eingeordnet und besser damit umgegangen werden.

Mundtrockenheit entgegenwirken – Folgeerscheinungen vorbeugen

Obwohl sich das Risiko für Veränderungen und Erkrankungen an der Mundschleimhaut, dem Zahnfleisch und den Zähnen erhöht, hat mehr als die Hälfte der Befragten (55,4 Prozent) ihre häusliche Mundhygiene nicht verändert. Hier zeigt sich noch einmal das Potenzial für vermehrte Aufklärung. Frauen, die ihre häusliche Mundhygiene veränderten, verwendeten eine spezielle Zahnpasta (51 Prozent), setzten auf Mundspülungen gegen Mundtrockenheit (44,3 Prozent) oder griffen zu einer weichen Zahnbürste (36 Prozent). Die Reinigung der Zahnzwischenräume mit Interdentalbürsten ist ein wesentlicher Faktor für eine gute Mundgesundheit. Und ein Viertel der Frauen, die ihre Mundhygiene anpassten, nutzt seither grundsätzlich Interdentalbürsten; ein weiteres Viertel nutzt sie häufiger als zuvor. Viele Frauen trinken vermehrt Wasser, um das Gefühl eines trockenen Mundes zu lindern, aber mindernde Spezialprodukte helfen

ihnen laut eigener Aussage gezielter oder sogar besser, beispielsweise eine spezielle Mundspülung (84 Prozent) oder Mundspray (92 Prozent).

Hierfür haben die Mundhygienespezialisten aus Schweden für jedes Bedürfnis das passende Produkt: TePe® feuchtigkeitsspendendes Mundspray, Mundgel oder Mundspülung. Alle feuchtigkeitsspendenden Produkte ergänzen sich gegenseitig und können deshalb gut miteinander kombiniert werden. Die feuchtigkeitsspendende Produktreihe ist – genauso wie alle anderen Produkte von TePe – über alle Dentaldepots sowie bei TePe direkt bestellbar. TePe stellt für die Beratung zu Mundtrockenheit auf Wunsch Patientenbroschüren gratis zur Verfügung.

TePe D-A-CH GmbH

Tel.: +49 40 570123-0
kontakt@tepe.com
www.tepe.com

CHANCEN FÜR ZAHNARZTPRAXEN PATIENTINNEN GANZHEITLICH BEGLEITEN – FÜR EINE GUTE MUNDGESUNDHEIT IN DER MENOPAUSE

85 %

der Frauen sagen, dass sie in Zahnarztpraxen keine Aufklärung über die Risiken und Folgen der Wechseljahre für die Mundgesundheit erhalten haben.



TePe® feuchtigkeitsspendendes Mundspray

- Regt sofort den Speichelfluss an
- Verleiht ein angenehmes feuchtes Mundgefühl
- Kariesvorbeugend mit 40 ppmF und Xylitol
- Sanfter und frischer Apfel-Minz-Geschmack
- Bequem, hygienisch und einfach anzuwenden
- Ideal für unterwegs, zwischendurch oder auf Reisen
- 50 ml-Flasche
- maximal 20 Sprühstöße pro Tag



TePe® feuchtigkeitsspendendes Mundgel

- Feuchtigkeitsspendend und beruhigend
- Lang anhaltende Minderung der Beschwerden
- Kariesvorbeugend mit Xylitol
- Sanfter und frischer Minzgeschmack oder ohne Geschmacksstoffe
- Bequem anwendbarer und hygienischer Pumpmechanismus
- Einfach für unterwegs und z. B. vor dem Schlafengehen
- 50 ml-Flasche



TePe® feuchtigkeitsspendende Mundspülung

- Dickflüssige Textur für länger anhaltende Befeuchtung der Mundschleimhaut
- Kariesvorbeugend mit 910 ppm NaF
- Milder Apfel-Minz-Geschmack (speichelanregend) oder ohne Geschmacksstoffe
- Ohne Alkohol
- Praktischer Dosierbecher für eine einfache Anwendung
- 500 ml-Flasche



Hier können Sie ein TePe Kundenkonto anlegen.

