Patient Journey – Teil 1: Mundgesundheit in der Schwangerschaft

Für einen guten Start ins Leben

Zum Start unserer mehrteiligen Serie zur „Patient Journey – Kinder- und Erwachsenenzahnheilkunde" beleuchten wir in diesem Beitrag, warum eine gute Mundgesundheit während der Schwangerschaft besonders wichtig ist. Ein guter Start ins Leben. Etwas, das sich jede werdende Mutter für ihr Neugeborenes wünscht. Doch sind sich die Schwangeren hierzulande der Bedeutung der Mundgesundheit bewusst? Ist das zahnmedizinische Fachpersonal über den Zusammenhang von Schwangerschaft und Mundgesundheit gut genug informiert, um die schwangeren Frauen ausreichend aufzuklären? Dieser Beitrag soll Sie für das Thema sensibilisieren.

Anna Both



Nach Ansicht einiger Experten wird der Mundgesundheit von Schwangeren viel zu wenig Aufmerksamkeit geschenkt. Es fehlt ein konkretes System der präventiven Mundpflege. Sobald die seit Kurzem schwangere Person zu Ihrem ersten Termin beim Gynäkologen oder Hausarzt erscheint, durchläuft sie ein Screening, also bestimmte Untersuchungen, um mögliche Risiken während der Schwangerschaft abzuschätzen. Eine zahnärztliche Untersuchung oder zumindest die Frage: „Wann waren Sie zum letzten Mal beim Zahnarzt?" sollte Teil dieses Screenings sein, um sicherzustellen, dass der Zahnarzt seine schwangeren Patienten so früh wie möglich zu sehen bekommt. Auch sollten Frauen, die eine Schwangerschaft planen, früh genug darüber aufgeklärt werden, dass eine mangelhafte Mundhygiene ein Risikofaktor ist. Eine einmalige Chance. Schließlich ist es gerade in der Schwangerschaft sehr wahrscheinlich, dass positive Verhaltensänderungen dauerhaft umgesetzt werden.

Mundbakterien als Risikofaktor

Doch warum ist gerade für Schwangere die Mundgesundheit von so gravierender Bedeutung?
Ein Aspekt ist das sogenannte Bakterium *Fusobacterium nucleatum.* Dieses Bakterium steht in Verbindung mit Parodontalerkrankungen und wurde in einigen Studien sowohl im Fruchtwasser als auch in der Plazenta von Frauen nachgewiesen, die Frühgeburten erlitten haben, da es eine Entzündung in der Gebärmutter verursachen kann. Gibt es also einen Zusammenhang zwischen Parodontitis und Frühgeburten? Es spricht viel dafür.

Nicht nur wurden in diversen Studien Zellen des *Fusobacterium nucleatum* aus dem Fruchtwasser, der Plazenta und der Chorion-Amnion-Membran von Frauen extrahiert, die eine Frühgeburt hatten. Auch trächtige Labormäuse, denen das Bakterium intravenös verabreicht wurde, entbanden vorzeitig.
Ein weiterer Aspekt ist eine erhöhte Zytokinproduktion. Diese wird durch Parodontitis verstärkt. Zytokine stehen mit weiteren Komplikationen wie der Präeklampsie (Bluthochdruck in der Schwangerschaft) in Verbindung. Auch Entzündungsstoffe wie Interleukine werden bei Parodontitis freigesetzt. Diese Stoffe können die Funktion der Plazenta beeinträchtigen, was wiederum zu einer schlechten Sauerstoff- und Nährstoffversorgung des Babys führt.
Eine Schwangerschaft bringt viele Veränderungen mit sich. Aber nicht nur hormonell verändert sich der Körper. Sogar

* Die Beiträge in dieser Rubrik stammen von den Anbietern und spiegeln nicht die Meinung der Redaktion wider.

Rand: © phochi - stock.adobe.com

die Speichelzusammensetzung verändert sich. Es wurde nachgewiesen, dass während der Schwangerschaft die Speichelpufferkapazität sowie Kalzium- und Phosphatgehalt im Speichel reduziert werden (Laine, 2002; Salvolini et al., 1998). Aufgrund dessen kommt es mit fortschreitender Schwangerschaft zu einer Absenkung des Speichel-pH-Wertes auf 5,9. Das wiederum fördert eine erhöhte Konzentration von Mutans-Streptokokken und Immunglobulin A im Speichel und erhöht so das Kariesrisiko während der Schwangerschaft. Nachgewiesen ist außerdem, dass eine bessere Mundhygiene bei der Mutter mit einer verringerten Kariesrate in früherer Kindheit bei ihrem Nachwuchs assoziiert wurde.

Empfehlungen für werdende Mütter

Werdende Mütter sollten ihre Zahngesundheit zu einem wichtigen Bestandteil ihrer Schwangerschaftsvorsorge machen. Zweimal täglich Zähneputzen sowie das Verwenden von Zahnseide/Interdentalraumbürstchen und Zungenreinigungen helfen enorm dabei, Entzündungen und Erkrankungen des Zahnfleisches vorzubeugen.
Regelmäßige Untersuchungen beim Zahnarzt, aber auch eine Zahnreinigung während der Schwangerschaft helfen dabei, Probleme rechtzeitig zu erkennen.
Im ersten Trimester der Schwangerschaft sind viele Frauen anfällig für Übelkeit und Erbrechen. In diesem Fall empfiehlt es sich, morgens nach dem Aufstehen eine Erosionsschutzspülung zu verwenden, um eine Schutzschicht gegen den Säureangriff zu bilden. Erst 30 Minuten nach dem Erbrechen sollten die Zähne geputzt werden. Bei extremer Übelkeit kann das Zähneputzen auch außerhalb des Badezimmers stattfinden (Empfehlung der Hebammen). Mentholfreie Zahnpasten können auch Linderung bei Übelkeit während der Zahnpflege verschaffen. Zum Glück legt sich der Zustand ab dem zweiten Trimester. Der perfekte Zeitpunkt um eine professionelle Zahnreinigung durchzuführen.

Empfehlungen für die Praxis zum Ablauf der PZR

Eine Anamnese ist zu Beginn der Behandlung unabdingbar. Stellen Sie sicher, dass Sie über die Patientendaten sowie mögliche Schwangerschaftskomplikationen oder medizinische Vorgeschichten informiert sind. Unterschiedliche Indizes z.B. Sondierungstiefe, Gingiva- und Plaque-Index können dem Zahnarztteam Auskunft über den entzündlichen parodontalen Zustand geben. Die Patientin sollte über den Einfluss von hormonellen Veränderungen auf ihre Mundgesundheit aufgeklärt werden.
Die Schwangerschaft ist für eine Frau die Zeit, die Verhaltensänderungen am wahrscheinlichsten macht. Dieser Umstand sollte genutzt werden, um die Patientin auf den Zusammenhang zwischen Ernährung und Mundgesundheit hinzuweisen. Nach diversen Studien von Prof. Dr. Johan Wölber von der Universität Freiburg hat sich gerade die Ernährung nach dem Paleo-Prinzip bewährt. Dieser liegen vier besondere Eigenschaften zugrunde: reich an Ballaststoffen, Mikronährstoffen, Omega-3-Fette sowie der Verzicht auf Industriezucker. Diese vier Eigenschaften haben einen eindeutigen therapeutischen Effekt auf Zahnfleischentzündungen. Man geht davon aus, dass eine kohlenhydratreiche Ernährung das Bakteriengleichgewicht in unserem Mund hin zu den krank machenden Keimen verschiebt.

Wie können wir die orale Mikroflora also noch im Gleichgewicht halten?
Der probiotische Keim *Limosilactobacillus reuteri* Prodentis ist ein fortschrittliches Probiotikum, das aus zwei ausgewählten Stämmen von Milchsäure-Bakterien besteht. Er kann bei einer Schwangerschaftsgingivitis einen deutlichen Rückgang der gingivalen Entzündungen bewirken. Eine Studie von Schlagenhauf et al. zeigt das sehr deutlich. 45 Schwangere im letzten Trimester konsumierten drei Monate lang probiotische Lutschtabletten mit *Limosilactobacillus reuteri* Prodentis oder Placebotabletten. Das Ergebnis zeigte einen ausgeprägten Rückgang der gingivalen Entzündungen sowie des Plaque-Index im Vergleich zur Placebo-Gruppe. Damit ist die Einnahme von GUM PerioBalance in der Schwangerschaft zu empfehlen.

Anwendung:
Für den Zeitraum von drei Monaten 1–2 Lutschtabletten nach dem Zähneputzen im Mund zergehen lassen.
Die Schwangerschaft kann für eine Frau eine stressige und aufwühlende Zeit sein. Eine empathische und einfühlsame Kommunikation des Zahnarztteams gibt der schwangeren Frau ein Gefühl der Sicherheit und Entspannung.
Das AIR-FLOW PLUS Pulver sollte vermieden werden, da es CHX (0,3 %) in niedriger Dosis beinhaltet, unbedenklich wäre das AIR-FLOW PERIO. Des Weiteren ist vom Einsatz des Pulver-Wasser-Gerätes abzuraten, sofern man unter Atemwegserkrankungen oder akuten Entzündungen im Mund leidet. Hier ist die klassische Zahnreinigung zu empfehlen.
Ein gesundes Lächeln während der Schwangerschaft ist ein Zeichen für Selbstfürsorge und Verantwortung gegenüber dem eigenen Kind.
Lassen Sie uns einen wichtigen Teil dazu beitragen!

kontakt.
Anna Both
Dentalhygienikerin
Zahnwelt Vier Linden
Alfelder Straße 56 · 31139 Hildesheim

SUNSTAR Deutschland GmbH
Aiterfeld 1 · 79677 Schönau
service@de.sunstar.com
professional.sunstargum.com/de-de

Infos zum Unternehmen

* Die Beiträge in dieser Rubrik stammen von den Anbietern und spiegeln nicht die Meinung der Redaktion wider.

Minzblätter: © grey – stock.adobe.com