



## Zahnpflege-Joker: Täglich Kaugummikauen

Die Deutsche Gesellschaft für Zahnerhaltung (DGZ) hat ihre seit 2016 geltende medizinische Leitlinie zur Kariesprävention aktualisiert und in den S3-Status gehoben – die höchste Qualitätsstufe für klinische Leitlinien.<sup>1</sup> Auf Basis aktueller wissenschaftlicher Evidenz definiert die überarbeitete Leitlinie einen praxisorientierten Sieben-Punkte-Plan zur wirksamen Kariesprävention.

Dieser gibt sowohl zahnärztlichem Fachpersonal als auch Patient/-innen fundierte Empfehlungen für eine prophylaktisch orientierte Mundpflege. Im Fokus stehen drei zentrale Maßnahmen zur eigenverantwortlichen Umsetzung: das zweimal tägliche Zähneputzen mit fluoridhaltiger Zahnpasta, die Reduktion des Zuckerkonsums – und das Kauen von zuckerfreiem Kaugummi nach dem Essen oder Trinken. Zahnärzt/-innen und ihre Teams haben nun eine klare wissenschaftliche Basis, um ihre Patient/-innen entlang der Leitlinie präventiv zu beraten.

Wie gut das bereits in den Praxen funktioniert und wo es noch Nachholbedarf gibt, zeigt eine Umfrage des Nielsen-Instituts im Auftrag des Wrigley Oral Health Program (WOHP).<sup>2</sup> Zwar kennen rund 75 Prozent der Befragten die Leitlinie, doch nur ein Viertel war sich bewusst, dass auch das Kaugummikauen Teil der offiziellen Empfehlungen ist. Während das tägliche Zähneputzen (92 Prozent) und die Zuckerrückführung (61 Prozent) als Leitlinieninhalte deutlich präsenter sind, wird die Rolle des Kauens von zuckerfreiem Kaugummi unterschätzt.

Angehörige des medizinischen Fachkreises finden auf der Fachwebsite [www.wrigley-dental.de](http://www.wrigley-dental.de) das Bestellangebot des Wrigley Oral Health Program.

Dort gibt es vielfältige Prophylaxe-Informationen sowie als Give-away zuckerfreie Kaugummis im Mini-Pack für die Zahngesundheit Ihrer Patient/-innen für 16 EUR (100 St. à 2 Dragees).

So überrascht nicht, dass 57 Prozent der befragten Zahnmediziner/-innen in den drei Monaten vor der Umfrage nicht ein einziges Mal Kaugummi als Prophylaxemaßnahme empfohlen haben. Dabei liegen die Vorteile auf der Hand: Zuckerfreier Kaugummi regt die Speichelproduktion an, neutralisiert so kariogene Säuren, spült Nahrungsreste aus der Mundhöhle und fördert die Remineralisation des Zahnschmelzes. Wird nach dem Essen und Trinken regelmäßig zuckerfreier Kaugummi gekaut, sinkt das Kariesrisiko.

### Fazit

Das Kauen von zuckerfreiem Kaugummi stellt eine einfach umsetzbare, niedrighwellige Maßnahme zur Ergänzung der häuslichen Mundhygiene dar. In Kombination mit regelmäßigen Kontrolluntersuchungen in der Zahnarztpraxis bietet sich mit diesem „Zahnpflege-Joker“ eine alltagstaugliche Möglichkeit, die orale Gesundheit langfristig zu fördern und Patient/-innen zu mehr Präventionsbewusstsein zu motivieren. Nebenbei sorgt Kaugummikauen für frischen Atem und wird von vielen gern in einer kleinen mentalen Pause zwischendurch genutzt.

### Mars GmbH

Tel.: +49 89 13013060

[www.wrigley-dental.de](http://www.wrigley-dental.de)

Literatur



Hier gehts zum  
Bestellangebot.

Und unter [2go.wrigley-dental.de](http://2go.wrigley-dental.de) finden Patient/-innen wie auch Praxen weitere zahlreiche Informationen rund um das Thema Zahn- und Mundgesundheit.

