

## Kariös – ganz und gar nicht kurios

*In diesem Jahr findet er im Oktober statt – der Monat der Mundgesundheit. Anlässlich dieser Aktion, die Colgate-Palmolive in Kooperation mit der Bundeszahnärztekammer bereits seit 2001 durchführt, dreht sich in diesem Jahr alles rund um die Erkrankung des Zahnhartgewebes: die Zahnkaries.*

Das vom Robert Koch-Institut herausgegebene Berichtsheft „Mundgesundheit“ bestätigt es: weniger als 1% aller Erwachsenen haben ein kariesfreies Gebiss! Die Karies stellt nach wie vor die häufigste orale Erkrankung dar. Man kann also in der Tat von der „Volkskrankheit Karies“ sprechen. Wahrlich triftige Gründe, die Zahnkaries in den Mittelpunkt des diesjährigen Monats der Mundgesundheit zu stellen.

### *Prophylaxe geht alle an!*

Die Vierte Deutsche Mundgesundheitsstudie aus dem Jahr 2006 zeigt deutlich, dass die Wurzelkaries insbesondere bei Senioren stark angestiegen ist. Mit zunehmendem Alter bildet sich meist das Zahnfleisch infolge von Parodontitis oder mechanischer Überbelastung durch falsches Zähneputzen zurück. Freiliegende Zahnhälse bilden die optimale Grundlage für Plaquebakterien und damit auch für die Entstehung von Wurzelkaries.

„Prophylaxe wirkt auch bei Senioren“, so Prof. Dr. Elmar Reich. Prophylaxe ist nämlich nicht nur eine Angelegenheit für Kinder und Jugendliche – nein, Prophylaxe geht alle an – bis ins hohe Alter, denn „Wo kein Bakterium ist, ist auch keine Karies“, stellt Dr. Dietmar Oesterreich, Vizepräsident der Bundeszahnärztekammer, fest.

### *„Karies ist keine Fluoridmangelkrankheit!“*

Richtig, denn Karies ist eher eine Krankheit falscher Ernährungs-

weise und mangelnder Mundhygiene. Kariesbakterien lieben Weizenmehlprodukte, Ketchup, Chips oder Salatsoßen – einfache Kohlehydrate eben. Deshalb empfiehlt sich ausgewogene, ballaststoffreiche Nahrung sowie Milchprodukte und wenig säure- und zuckerhaltige Nahrungsmittel. Mindestens zweimal tägliches Zähneputzen, regelmäßige jährliche Kontrollen beim Zahnarzt, die mit zunehmenden Altersabschnitten in kürzeren Intervallen stattfinden sollten, und professionelle Zahnreinigungen bieten den Plaquebakterien Paroli, ebenso wie Kaugummikauen (natürlich zuckerfrei!) nach dem Essen, was die natürliche Spülwirkung im Mund anregt.



v.l.n.r.: Michael Warncke, Medizinisch-wissenschaftlicher Leiter der Colgate-Palmolive GmbH, Dr. med. Dietmar Oesterreich, Vizepräsident der Bundeszahnärztekammer, Prof. Dr. Elmar Reich. (Foto: BZÄK/axentis.de)

*Übrigens: Colgate verlost auch in diesem Jahr im Rahmen des Monats der Mundgesundheit wieder 1.000 Gutscheine für eine professionelle Zahnreinigung im Wert von je 75 €. Mehr dazu unter [www.monat-der-mundgesundheits.de](http://www.monat-der-mundgesundheits.de)*

Wie Prof. Dr. Elmar Reich richtig anmerkt, ist Karies keine Fluoridmangelkrankheit. Die richtig dosierte Fluoridgabe über das Trinkwasser oder Speisesalz, in der Zahnpasta enthalten oder als Gel verwendet, trägt zur Härtung des Zahnschmelzes bei und bietet damit auch einen starken Schutz gegen Karies. Fluoridierungsmaßnahmen bei Kindern und Jugendlichen werden bis zum Alter von 18 Jahren von den Kassen getragen – rufen Sie das

Ihren Patienten immer wieder ins Gedächtnis!

### *Vom White Spot zum White Smile*

Ein kariöser Defekt, die Initialkaries, erkennbar an den sog. White Spots, kann durch den Zahnarzt schon früh erkannt und der Mineralienverlust meist auch noch durch die Reparaturfunktion des Speichels auf natürliche Art und mit tatkräftiger Unterstützung des Fluorids in der Zahnpasta ausgeglichen werden.

Ist die Sekundärkaries jedoch erst einmal hergestellt, lässt sie sich nicht so einfach vertreiben wie sie gekommen ist. Kariesbehandlung heißt meist auch Bohreinsatz. Strafe muss sein! Dabei werden die zerstörten Bereiche entfernt und die gesäuberte Kavität mit geeignetem Füllungsmaterial versorgt. Funktion und Struktur sind somit wieder hergestellt.

### *„Vorbeugen ist besser als Bohren“*

Der mittlerweile neunte Patientenratgeber, der gemeinsam von Colgate und der Bundeszahnärztekammer herausgegeben wird, ist nun erschienen. Zum Thema „Effektive Mundhygiene und Kariesprophylaxe“ liefert die 16-seitige Broschüre wertvolle Tipps und Informationen zu Entstehung, Auswirkungen und Behandlung von Karies. Ebenfalls zum Nachzulesen und vor allem Nachmachen empfohlen, sind die zehn übersichtlich zusammengefassten Tipps zum Schutz vor Karies – damit alle Altersgruppen auch morgen noch kräftig zubeißen können.

Zu beziehen ist die kostenlose Informationsbroschüre unter der Nummer 00311 beim Dentalhandel oder zum Download unter [www.bzaek.de](http://www.bzaek.de) oder [www.colgate-professional.de](http://www.colgate-professional.de)

### *Information*

Zu beziehen ist die kostenlose Informationsbroschüre unter der Nummer 00311 beim Dentalhandel oder zum Download unter [www.bzaek.de](http://www.bzaek.de) oder [www.colgate-professional.de](http://www.colgate-professional.de)

# WHO-Kollaborationszentrum

„Prävention oraler Erkrankungen“  
am Zentrum für Zahn-, Mund- und  
Kieferheilkunde  
am Universitätsklinikum Jena



## Symposium

„Frühkindliche Karies –  
Standortbestimmung und  
Präventionsstrategien“

7. November 2009 • Weimar

Zertifiziert mit 8 Fortbildungspunkten



Informationen und Anmeldung unter [www.conventus.de/ecc](http://www.conventus.de/ecc)