

Die Wichtigkeit schöner, gesunder Zähne im Hinblick auf das allgemeine Wohlbefinden und soziale Anerkennung ist unumstritten. Lebensqualität, bezogen auf die Mundgesundheit, beinhaltet somit nicht nur körperliche, sondern auch psychische und soziale Aspekte. Der Präventionsgedanke sowie die Förderung der Mundgesundheit sollten deshalb die Grundlage zahnmedizinischen Handelns bilden. Mundspülungen mit ätherischen Ölen bieten eine optimale Ergänzung zur mechanischen Zahnpflege mittels Zahnbürste und Interdentalreinigung. Eine aktuelle Metaanalyse, die Daten von über 5.000 Probanden umfasst, bestätigt ihren positiven Effekt auf die Kontrolle des dentalen Biofilms und die Erhaltung der Zahnfleischgesundheit.

# Aktuelle Metaanalyse

## Zusatznutzen von Mundspülungen mit ätherischen Ölen

Autorin: Dr. Sylvia Thierer



### INITIATIVE 3-FACH PROPHYLAXE

Orale Erkrankungen betreffen weltweit mehr als 3,9 Milliarden Menschen. Sie stehen damit bei den medizinischen Behandlungskosten an vierter Stelle.<sup>1,2</sup> Dieser Umstand macht einen Paradigmenwechsel in der zahnmedizinischen Tätigkeit notwendig: Nicht die Wiederherstellung der Mundgesundheit, sondern die Krankheitsprävention und Förderung der Mundgesundheit müssen im Fokus zahnmedizinischen Handelns stehen.

Die häusliche 3-fach-Prophylaxe bewährt sich als effektive Methode, um Zahn- und Zahnfleischprobleme im Mundraum langfristig zu vermeiden: Zusätzlich zu den vertrauten Methoden der mechanischen Zahnreinigung (Zähneputzen und Zahnzwischenraumpflege), die die unerlässliche Basis einer gründlichen Mundhygiene bilden, beinhaltet sie auch die Anwendung einer antibakteriellen Mundspülung (z.B. Listerine®).

### Aktuelle Metaanalyse untersucht Wirksamkeit von Mundspülungen mit ätherischen Ölen

Eine aktuelle Metaanalyse, die Daten von über 5.000 Probanden umfasst, untersucht die Bedeutung der Integration von Mundspülungen mit ätherischen Ölen (z.B. Listerine) in die tägliche Prophylaxe – insbesondere in Bezug auf Plaquereduktion und die Kontrolle von Zahnfleischproblemen.

Die Metaanalyse umfasst 29 teils veröffentlichte und teils unveröffentlichte randomisierte, placebokontrollierte und Beobachterblinde Studien, die bei Probanden mit bestehender Plaque und Gingivitis den Effekt des zusätzlichen zweimal täglichen Mundspülens (essential oil-containing mouthrinse plus mechanical method, EOMM) mit der Wirkung mechanischer Zahnreinigung allein (mechanical method, MM) vergleichen. Als Maße für den Effekt des zusätzlichen Spülens wurden der Plaqueindex und die prozentuale Veränderung des Belags an allen Zahnflächen sowie im gesamten Mundraum nach sechs Monaten bestimmt.

### Mundspülungen mit ätherischen Ölen verbessern Plaqueindex signifikant

Nach sechs Monaten wurde erhoben, bei wie viel Prozent der Teilnehmer die Hälfte der Zahnflächen frei von Plaque war: Dies traf für 37% der Teilnehmer der EOMM-Gruppe zu (vgl. Abbildung 1). In der MM-Gruppe wurde Selbiges lediglich bei 6% der Probanden beobachtet (Odds Ratio=7,8; 95% CI: 5,4–11,2). Somit ermöglicht die zweimal tägliche zusätzliche Verwendung einer Mundspülung mit ätherischen Ölen eine 8-mal höhere Chance, die Zahnflächen von Plaque zu befreien, als die mechanische Zahnreinigung allein.<sup>3</sup> Zudem wurde nach sechs Monaten die Veränderung des Plaqueindex ermittelt: Bei 83% der Teilnehmer, die zusätzlich zweimal täglich spülten, verringerte sich der Plaqueindex signifikant um 20% (vgl. Abbildung 2). In der Gruppe der Probanden, die nur mechanisch reinigten, konnte hingegen eine Verringerung des Plaqueindex um 20% nur bei einem Viertel der Teilnehmer festgestellt werden. Insgesamt konnte bei Probanden der EOMM-Gruppe nach sechsmonatiger zusätzlicher Anwendung der Mundspülung eine

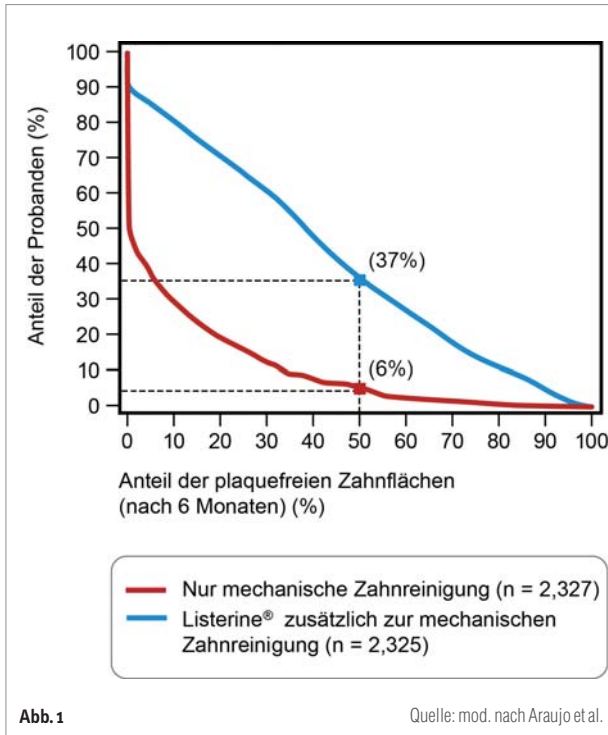


Abb. 1

Quelle: mod. nach Araujo et al.

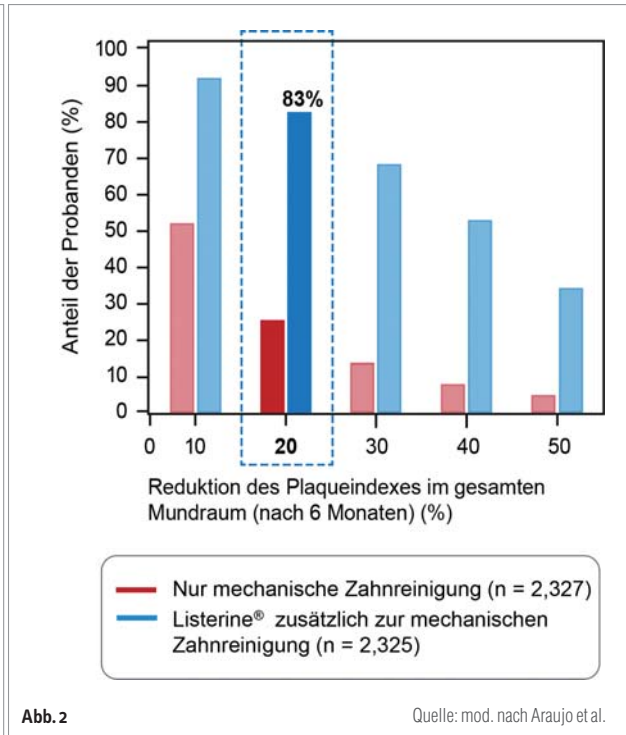


Abb. 2

Quelle: mod. nach Araujo et al.

um 28 % stärkere Plaquereduktion beobachtet werden als bei den Probanden, die ihren Mundraum lediglich mechanisch reinigten.

### Mangelnde Biofilmkontrolle als eine der Hauptursachen von Zahnfleischproblemen

Auch im Hinblick auf die Gesundheit des Zahnfleisches nimmt die Kontrolle des dentalen Biofilms eine Schlüsselfunktion ein. Wird der Biofilm nur unzureichend entfernt, können die im Mundraum verbleibenden Bakterien zu Zahnfleischproblemen führen. Auch diesen positiven Effekt einer umfassenden Biofilmkontrolle mittels täglicher 3-fach-Phylyaxe konnte die Metaanalyse deutlich bestätigen: Die zusätzliche Verwendung einer Mundspülung mit ätherischen Ölen ermöglichte eine nahezu 5-mal höhere Chance (Odds Ratio = 5,0; 95 % CI: 3,31–7,5), das Zahnfleisch gesund zu erhalten, als die mechanische Zahnreinigung allein.<sup>3</sup>

### Listerine Mundspülungen mit ätherischen Ölen

Listerine Mundspülungen enthalten bis zu vier lipophile ätherische Öle: Thymol, Menthol, Eukalyptol und Methylsalicylat. Diese bekämpfen ein breites Spektrum planktonischer Bakterien und dringen darüber hinaus tief in den Biofilm ein. Die Struktur des Bio-

films wird zersetzt, indem die ätherischen Öle Zellwände von Keimen im Biofilm durchdringen und zerstören.<sup>4,5</sup> Dadurch wird der Biofilm gelockert und gelöst, auch an Stellen, an die Zahnbürste und Zahnseide nicht ausreichend hinkommen.

### Initiative 3-fach-Phylyaxe unterstützt Dentalexpertern

Die ergänzende Anwendung einer Mundspülung mit ätherischen Ölen im Rahmen der 3-fach-Phylyaxe kann die tägliche Mundpflege, bestehend aus Zähneputzen und Interdentalpflege, deutlich optimieren. Listerine hat es sich zur Aufgabe gemacht, praxisnahen und hochwertigen Service für ein optimales Phylyaxe-Gespräch bereitzustellen. Die Initiative 3-fach-Phylyaxe von Listerine gibt Dentalexpertern zu diesem Zweck Informationen und Services rund um die Integration von Mundspülungen in die tägliche Mundhygiene an die Hand. Weitere Informationen zur 3-fach-Phylyaxe und zu Mundspülungen mit ätherischen Ölen sind zu finden unter [www.listerineprofessional.de/initiative-3-fach-phylyaxe](http://www.listerineprofessional.de/initiative-3-fach-phylyaxe). ◀

#### Quellen:

1 Petersen PE, Bourgeois D, Ogawa H, Estupinan-Day S, Ndiaye C. The global burden of

oral diseases and risks to oral health. *Bull World Health Organ.* 2005; 83(9): 661–669.

2 Marcenes W, Kassebaum NJ, Bernabe E et al. Global burden of oral conditions in 1990–2010: a systematic analysis. *J Dent Res* 2013; 92(7): 592–597.

3 Araujo MWB, Charles C et al. Meta-analysis of the effect of an essential oil-containing mouthrinse on gingivitis and plaque. *JADA* 2015; 146(8): 610–622.

4 Fine DH et al. Effect of rinsing with an essential oil-containing mouthrinse on subgingival periodontopathogens. *J Periodont* 2007; 78: 1935–1942.

5 Lux R et al. data on file, Confocal laser scanning microscopy evaluation of biofilm kill activity of representative global mouthrinse, 2005.

## kontakt

Johnson & Johnson GmbH  
Johnson & Johnson Platz 2  
41470 Neuss  
Tel.: 02137 936-0  
Fax: 02137 936-2333  
[www.jnjgermany.de](http://www.jnjgermany.de)