



„Eine Zahnmedizin, die keine Zusammenhänge zwischen oraler Gesundheit und dem inneren Milieu herstellt, ist zum Scheitern verurteilt!“ Unter dem Titel „Behandlungsresistente Parodontitis? Hilfe von innen mit der Mikronährstofftherapie“ hält Dr. Heinz-Peter Olbertz, Mikronährstoffexperte und Fachreferent für systemische CMD und Parodontologie, in regelmäßigen Abständen Online-Seminare zur orthomolekularen Therapie in der Zahnarztpraxis ab. Warum es auch oder gerade für die Zahngesundheit so enorm wichtig ist, Ernährungsdefizite auszugleichen, erklärt er im nachfolgenden Interview.

## Mikronährstofftherapie bei Parodontitis

Maja Timm

***Herr Dr. Olbertz, Sie geben regelmäßig Seminare zur Mikronährstofftherapie bei Parodontitis. Warum ist dieses Thema so zeitgemäß?***

Die Menschen haben ein Bewusstsein für die Themen Ernährung, Entzündung und Darmgesundheit entwickelt. Für die Vitalität ist es wichtig, Defizite auszugleichen. Das zeigt sich auch in der Zahnmedizin: Der ältere Patient war früher zahnlos oder hatte nur noch eine Restbeziehung. Heute haben ältere Menschen unter Einbezug von Implantaten oft mehr oder weniger volle Beziehung. Und die wollen sie erhalten und stabilisieren.

***Warum wurde der systemische Aspekt der Parodontitis so lange im Praxisalltag ignoriert?***

Das hat einen medizinhistorischen Grund: Die Zahnheilkunde war ursprünglich ein Teil der Medizin und hat sich dann entkoppelt. Durch Corona gibt es nun eine Rückbesinnung auf die Mundhöhle als Teil des Menschen – und somit auch auf inflammatorische Aspekte parodontaler Erkrankungen. Jetzt wird erkannt, dass wir im Bereich der Zahnheilkunde auch Primärdiagnostik betreiben und nicht nur retrospektiv agieren können.

***Ihre Kernthese lautet, dass pathogene Keime sich nur im entzündeten Milieu durchsetzen. Warum leiden heute so viele Menschen unter chronischen Entzündungen, den Silent Inflammations?***

Unsere Nahrung ist zu stark industrialisiert und kommerzialisiert. Wenn Kühe vorrangig Kraftfutter statt Gras erhalten, produzieren sie keine wertvolle Milch. Zudem ist natürlich unsere Umwelt massiv belastet. Früher konnte man Dreck sehen. Heute leiden wir unter Feinstaub und Nanopartikeln. All diese Einflussfaktoren fahren auf Dauer die Entzündungssysteme zu einem unkontrollierbaren Schmelbrand hoch. Alzheimer, Osteoporose oder Diabetes – sie alle haben eine entzündliche Basis.

Die Beiträge in dieser Rubrik stammen von den Herstellern bzw. Vertreibern und spiegeln nicht die Meinung der Redaktion wider.



**Welchen Patienten empfehlen Sie die Einnahme von Mikronährstoffen?**

Wenn eine Patientin oder ein Patient mit einer Parodontitis durch das zahnmedizinische Repertoire, unsere professionelle Begleitung und häusliche Eigetherapie nicht zu stabilisieren ist, empfehle ich einen aMMP-8-Test. aMMP-8, die aktive Matrix-Metalloproteinase-8, ist als Destruktionsmarker kausal am Gewebeabbau beteiligt. Das Enzym ist direkt in der parodontalen Tasche nachweisbar und baut Kollagen als Baustoff unseres Bindegewebes ab. Bei Patienten mit einem aMMP-8-Wert von über 20 ng/ml ist der Stoffwechsel durch ein Entzündungsgeschehen belastet. Dann empfehle ich die bilanzierte Diät Itis-Protect zum Diätmanagement bei Parodontitis.

**Welche Nahrungsergänzungen stehen bei Ihnen im Vordergrund, auch in der Erhaltungstherapie?**

Ganz wichtig zur Modulation chronischer Entzündungen ist die Supplementierung von Omega-3-Fettsäuren, die bei ca. 70 Prozent der Bevölkerung im Defizit sind. Magnesium-Calcium unterstützt die Regulierung des Säure-Basen-Haushaltes. Auch die Einnahme darmaktiver Mikroorganismen ist essenziell.

**Wie sieht die Parodontitis-Behandlung im Jahr 2040 aus?**

Da wird das Thema Silent Inflammation mit Sicherheit die entscheidende Rolle spielen. Wenn man erkannt hat, wie wichtig das innere Milieu ist, um den Entzündungsmodus zu verlassen, kann man das nicht mehr ignorieren.

Ernährung, Bewegung und Lebensstil müssen in die parodontale Therapie integriert werden – das ist unsere einzige Chance!

**Wie ernähren Sie sich selbst? Worauf achten Sie?**

Ich lege Wert auf frische Lebensmittel in Bio-Qualität. Konserven, stark verarbeitete Lebensmittel, Zusatzstoffe und Co. kommen bei uns nicht auf den Tisch. Ganz wichtig: Ich spare Zucker ein, wo immer mir das möglich ist. Wir haben ein Überangebot an allem und sollten wieder mehr Maß finden. Ich halte mich an den Glaubenssatz, dass man kurz, bevor man satt ist, aufhören soll, zu essen. Damit fahre ich gut und fühle mich sehr vital.

Termine und weitere Informationen finden Sie unter [www.hypo-a.de/paro](http://www.hypo-a.de/paro)

**Kontakt**

**Dr. med. dent. Heinz-Peter & Rolf Olbertz**

Gemeinschaftspraxis  
für Zahnheilkunde  
Friedrichstraße 3  
53842 Troisdorf  
Tel.: +49 2241 404514  
[praxis-olbertz@t-online.de](mailto:praxis-olbertz@t-online.de)

**hypo-A GmbH**

Möllering 9A, 23569 Lübeck  
Tel.: +49 451 3072121  
[info@hypo-a.de](mailto:info@hypo-a.de)



ANZEIGE



**2022**

Wir suchen Deutschlands  
schönste Zahnarztpraxis.  
Jetzt bis zum 1.7.2022  
bewerben:  
[www.designpreis.org](http://www.designpreis.org)

**DESIGNPREIS**