

NEUE APOTHEKEN ILLUSTRIERTE



extra

NEUE APOTHEKEN
ILLUSTRIERTE

Ihr Belegexemplar

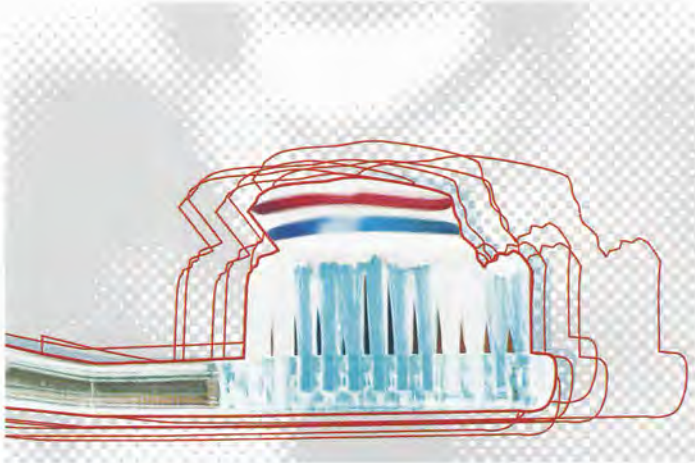
Bitte beachten Sie die Seite

Mund und Zähne

Mundgesundheit
Was schlechten Atem vertreibt
Reportage
So kommen die Streifen in die Zahnpasta
Experten-Interview
Mit Licht, Schall und Gas gegen Karies

Warum die Parodontitis gefährlich ist

Die Zähne sitzen fest im Kieferknochen, glauben viele. Doch bei einer unbemerkten Entzündung des Zahnhalteapparates gibt es schnell den ersten Wackelkandidaten. Doch Sie und Ihr Zahnarzt können etwas gegen eine Parodontitis tun.



Es beginnt meist ganz harmlos ohne Schmerzen. Das Zahnfleisch rötet sich, schwillt an und blutet häufiger. Freunde oder der Partner machen einen vielleicht auf Mundgeruch aufmerksam. Doch irgendwann, oft ganz ohne Vorwarnung, passiert es: Vollkommen gesunde Zähne lockern sich, bereiten Schmerzen und müssen gezogen werden oder fallen sogar aus. Die Rede ist von Parodontitis, einer Entzündung des Zahnhalteapparates. »Wenn die Zähne nicht regelmäßig vom Zahnarzt kontrolliert werden, bleibt diese Entzündung lange unbemerkt«, warnt Dr. Dietmar Oesterreich, Vizepräsident der Bundeszahnärztekammer.

Parodontitis zerstört nach und nach das Zahnfleisch, den Kieferknochen und die Gewebefasern, die die Zahnwurzel mit dem Knochen verbinden. Untersuchungen zeigen, dass Menschen über 35 Jahre ihre Zähne eher deswegen verlieren als durch Karies.

Paradies für Bakterien

Die Ursache des Übels: ein Zahnbelag aus Essensresten, Speichel und Bakterien. Er bildet sich auf der Zahnoberfläche, in den Zahnzwischenräumen und in Zahnfleischtaschen. Auf Dauer wandelt er sich in Zahnstein um. Dann hilft auch intensives Putzen nichts mehr, sondern nur noch eine professionelle Behandlung in der Zahnarztpraxis.

Werden Zahnbelag und Zahnstein nicht regelmäßig durch die persönliche Mundhygiene und das zahnärztliche Team entfernt, vermehren sich die Bakterien ungehemmt. Die Keime lösen eine Entzündung von Zahnfleisch und

Kieferknochen aus, die unaufhaltsam voranschreitet, bis irgendwann die Zähne ausfallen.

Doch es drohen weitere Folgen der Parodontitis, wenn die Bakterien über den Blutkreislauf in den ganzen Körper gelangen. Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes und Frühgeburten können die Folgen sein. Die gesicherte Diagnose einer Parodontitis kann letztendlich nur der Zahnarzt stellen. Dennoch gibt es zahlreiche Warnsignale, die auf eine Erkrankung des Zahnhalteapparates hinweisen. Oesterreich: »Eine Schwellung oder Rötung des Zahnfleisches, Zahnfleischbluten oder empfindliche Zahnhälse können erste Anzeichen sein.«

Zähneputzen allein reicht nicht

Die gute Nachricht: Mit einer guten häuslichen Mundhygiene und einer professionellen Begleitung lässt sich in vielen Fällen einer Parodontitis erfolgreich vorbeugen oder ihr Fortschreiten verhindern. Oesterreich empfiehlt eine gründliche Mundhygiene. »Zusätzlich zum zweimal täglichen Zähneputzen müssen einmal am Tag auch die Zahnzwischenräume mit Zahnseide oder Zahnzwischenraumbürstchen gereinigt werden. Mundspüllösungen können hierbei eine sinnvolle Ergänzung, keinesfalls aber ein Ersatz sein.«

Hartnäckige Ablagerungen und bakterielle Beläge an schwer zugänglichen Stellen gehören in die Hand des Zahnarztes oder seiner Prophylaxeassistentin. Mit speziellen Instrumenten reinigen sie die Zähne. Oesterreich erklärt, wie das funktioniert: »Dabei entfernt man alle harten und weichen Ablagerungen. Anschließend folgt eine Politur und zum Schutz vor Karies eine Fluoridierung der Zahnoberflächen. Zudem erhält der Patient wichtige Hinweise, um die häusliche Mundhygiene zu optimieren.«

Peter Erik Felzer

Weitere Informationen

Deutsche Parodontose Hilfe e. V.

Schulstraße 26

44623 Herne

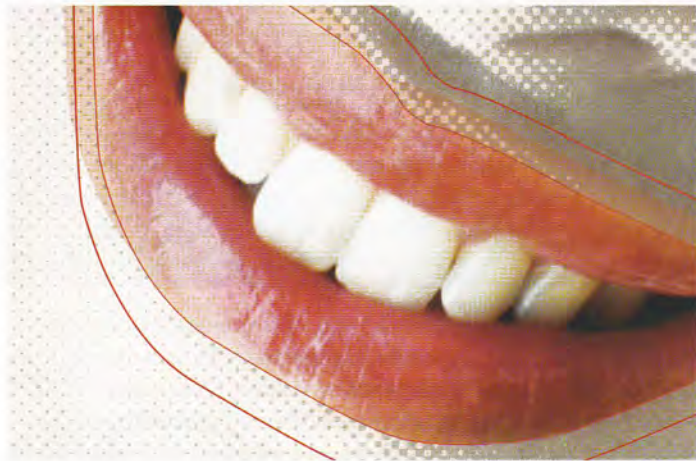
Telefon: 02323 965905

Fax: 02323 58655

Einen Verweis zum Internetangebot finden Sie auf nai.de

Harmonischer Biss für einen gesunden Körper

Bei vielen Menschen stimmt der Biss nicht. Wenn Ober- und Unterkiefer nicht ideal aufeinandertreffen, sprechen Fachleute von Cranio-mandibulärer Dysfunktion (CMD). Die Folgen können den ganzen Menschen krank machen. Lesen Sie, welche Beschwerden die CMD auslösen kann und wie sie behandelt wird.



Eine ganze Palette an Symptomen kann auf das Konto einer CMD gehen: Zähneknirschen, Kieferknacken, überempfindliche Zähne, Schnarchen, Spannungskopfschmerz oder Tinnitus und sogar Rückenbeschwerden. Gerade Letztere erscheinen unwahrscheinlich, sind aber nachvollziehbar, denn die Unterkiefermuskeln stehen mit Kopf- und Nackenmuskulatur und diese wiederum mit der Muskulatur im Rücken in Verbindung. Zudem existieren Nervenbahnen zwischen dem Unterkiefer und der Wirbelsäule.

Noch immer werden bei vielen Betroffenen nur einzelne Symptome behandelt. Nur selten wird der Kiefer als Ursache gesehen. Wer unter hartnäckigen Beschwerden aus der oben genannten Aufzählung leidet, tut gut daran, seinen Zahnarzt auf eine mögliche CMD anzusprechen.

Der falsche Biss mit weitreichenden Folgen rührt von Zahnfehlstellungen her, von gezogenen Zähnen, falsch sitzendem Zahnersatz oder von Verletzungen der Halswirbelsäule. Ein Therapieplan berücksichtigt den Kieferbereich. Hier kommt eine Aufbisschiene zum Einsatz, die den Fehlbiss korrigiert. Zusätzlich greifen physiotherapeutische Maßnahmen, um Muskeln im Kieferbereich und damit verbundene Muskelketten im Rücken zu entspannen. Auch Kälte-, Wärme- und Elektrotherapien zeigen Wirkung.

Um einer CMD vorzubeugen, kann der Zahnarzt den Kauapparat untersuchen, wenn ein umfangreicher Zahnersatz, eine Zahnimplantation oder kieferorthopädische Maßnahmen anstehen. Sprechen Sie ihn darauf an. So kann er von Anfang an auf die Besonderheiten des Gebisses eingehen, damit CMD keine Chance hat.

Apothekerin Isabel Weinert

Haben Sie Probleme mit dem Biss? Dieser Test gibt Ihnen Aufschluss. Kontaktieren Sie Ihren Zahnarzt, wenn Sie mehrere Fragen mit »Ja« beantworten.

Ist Ihre Unterkieferbeweglichkeit eingeschränkt (z.B. nur geringe Mundöffnung)?	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
Leiden Sie unter Schmerzen in der Ohr- oder Kiefergelenkregion?	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
Hören Sie Knack- oder Reibegeräusche beim Öffnen oder Schließen des Mundes?	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
Leiden Sie unter Ohrgeräuschen oder Tinnitus?	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
Haben Sie das Gefühl, dass Ihr Biss nicht stimmt?	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
Knirschen oder pressen Sie mit den Zähnen?	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
Hatten Sie jemals einen Unfall mit Schädigungen im Hals-/Kopfbereich?	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
Leiden Sie unter Kopfschmerzen oder Migräne?	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
Haben Sie Verspannungen der Nacken- und/oder Schultermuskulatur?	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
Haben Sie Gleichgewichtsstörungen oder Schwindelgefühl?	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
Leiden Sie unter Schlafstörungen (Schnarchen, Atemaussetzer) mit Tagesmüdigkeit?	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein