

Naturheilerärztlicher Rat



Parodontose

? Seit 14 Jahren ist mir (48 J., w.) bekannt, daß meine Zähne durch Parodontose gefährdet sind. Trotz intensiver Pflege und gesunder Kost haben sich in den letzten Jahren einige bereits gelockert. Meine Zahnärztin riet mir nun, die Keimbelastung der Plaques bestimmen zu lassen, um gezielt mit Antibiotika dagegen vorgehen zu können. Gibt es auch Behandlungsmöglichkeiten auf naturheilkundlicher Basis oder sind tatsächlich Antibiotika notwendig?



Dr. med. dent.
Wolfgang H. Koch

! Parodontose ist aus ganzheitlicher Sicht nicht allein eine Erkrankung der Mundhöhle, sondern ein klares Signal für eine Gesundheitsstörung. So können Allgemeinerkrankungen (wie Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Rheuma), ungesunde Kost und Dauerstress eine Parodontose begünstigen. Letztlich verstärkt

alles, was das Immunsystem schwächt, die Erkrankung. Besonders Raucher leiden aufgrund ihrer schlechteren Durchblutung an Parodontitis. Außerdem können reichlicher Alkoholgenuß sowie genetische Faktoren den Krankheitsverlauf beeinflussen. Als Parodontoserisiko gelten auch Fehlstellungen des Gebisses.

Diagnostik und Behandlung dürfen sich deshalb nicht ausschließlich auf die Mundhöhle konzentrieren. Für die weiteren Untersuchungen rate ich Ihnen, einen naturheilkundlich versierten Therapeuten aufzusuchen.

Ist Ihr Abwehrsystem geschwächt, kann Ihr Körper sich nicht ausreichend gegen die Parodontose-Bakterien zur Wehr setzen. In diesem Fall besteht die Gefahr, daß die Parodontose immer wieder ausbricht – auch nach zunächst erfolgreicher Behandlung. Da das Immunsystem beim Menschen zu etwa 80 Prozent im Darm sitzt, kann es sinnvoll sein, eine Darmsanierung durchzuführen.

Entzündungen stehen auch immer mit übersäuertem Gewebe in Verbindung. Daher sollte man eine Milieuänderung anstreben, um den unerwünschten Keimen den Nährboden zu entziehen. Empfehlenswert ist deshalb eine basenreiche Kost mit viel Kartoffeln und Gemüse sowie mit einem Minimum an Zucker, Fleisch und Weißmehlprodukten.

Letztlich kann Ihnen alles helfen, was das Immunsystem stärkt – von reichlicher Bewegung an frischer Luft über Wasseranwendungen nach Kneipp und Behandlungen mit Heilpflanzen wie etwa mit dem immunstärkenden Sonnenhut oder der

blutreinigenden Brennnessel sowie gezielte Vitamin- und Mineralstoffgaben.

Zum Entgiften des Mundraumes rate ich Ihnen zum täglichen Ölziehen – am besten morgens nach dem Aufstehen. Dazu nehmen Sie einen Eßlöffel kaltgepresstes Pflanzenöl (etwa Sonnenblumen- oder Olivenöl) und ziehen es mindestens zehn Minuten lang durch die Zähne. Das Öl anschließend ausspucken und die Zähne mit einer Zahnbürste reinigen. Bei regelmäßiger Anwendung wird das Zahnfleisch entgiftet und gestrafft, sowie der Lymphfluß ange-regt.

Bei akuten Zahnfleischentzündungen helfen auch Mundspülungen mit Salbeitee (ein Teelöffel Salbeiblätter mit $\frac{1}{4}$ l kochendem Wasser übergießen und zehn Minuten ziehen lassen). Da Salbei zu Kontraktionen der Gebärmutter anregt und den Milchfluß hemmt, sollte man ihn nicht in der Schwangerschaft und Stillzeit anwenden. In diesem Fall lindert Kamillentee die Entzündungen.

Die Parodontose selbst muß allerdings auch unbedingt in der Zahnarztpraxis behandelt werden. Heute ist eine chirurgische Therapie nur noch in Ausnahmefällen notwendig. In der Regel läßt sich die Erkrankung durch konservative Maßnahmen ebensogut behandeln. Unter lokaler Betäubung wird der sogenannte Biofilm aus den Zahnfleischtaschen entfernt. Mit kleinen Spezialinstrumenten werden die Wurzeln geglättet und poliert. Auf glatten Oberflächen können Beläge sehr viel schlechter anhaften. Zudem kann das geschädigte Gewebe an einer glatten Oberfläche schneller regenerieren.

Bei einem extremen Befall mit Bakterien und einer

geschwächten Abwehrkraft kann aus meiner Sicht der gezielte Einsatz von Antibiotika durchaus sinnvoll sein. Denn bei sehr aggressiven Bakterienstämmen besteht die Gefahr, daß es trotz optimal betriebener Mundhygiene zu einer bakteriellen Wiederbesiedlung der Zahnfleischtaschen kommt. Durch mikrobiologische Tests im Rahmen der Untersuchung können Art und Umfang der Bakterien genau identifiziert werden, so daß das optimale Antibiotikum gewählt werden kann, das den Organismus nicht mehr als unbedingt notwendig belastet. Je nach Einzelfall wird eine systemische oder lokale Antibiotikatherapie empfohlen. Im letzteren Fall wird das Medikament direkt in die Zahnfleischtasche eingebracht.

Ein Parodontitisgebiß ist ein lebenslanger Pflegefall und bedarf einer langfristigen Pflegetherapie. Es sollten regelmäßig Kontrolluntersuchungen und Prophylaxetermine in der Zahnarztpraxis durchgeführt werden. Denn auch bei sorgfältigster Mundhygiene können mit den häuslichen Maßnahmen nicht alle Bereiche des Gebisses erreicht werden. In solchen „Pflegenischen“ sammeln sich erneut Plaque-Bakterien an, die mit der Zeit erhebliche Schäden anrichten können. In welchen Abständen eine Individualprophylaxe notwendig ist, hängt vom individuellen Risiko des Patienten ab.

Die hier vorgestellten Fälle beruhen auf speziellen Leseranfragen. Die genannten ergänzenden Therapievor schläge können nur allgemeinen Charakter haben. Der „Naturheilerärztliche Rat“ ersetzt nicht Untersuchung, Anamnese und Therapie durch einen naturheilkundlich tätigen Arzt. ■