

Leitlinie empfiehlt Kaugummi

PROPHYLAXE >>> Zur Vorbeugung von Karies kursieren so viele Empfehlungen, dass es selbst Experten mitunter schwerfiel, zu beurteilen, was wissenschaftlich gesichert ist. Die erste umfassende Leitlinie zur Kariesprophylaxe sorgte Ende 2016 für Klarheit: Grundlegend für die tägliche Prophylaxeroutine sind drei Empfehlungen: Zähneputzen mit fluoridhaltiger Zahnpasta, möglichst geringe Zuckeraufnahme und das tägliche Kauen zuckerfreier Kaugummis nach Mahlzeiten.

Was mit einer wissenschaftlichen Stellungnahme der Deutschen Gesellschaft für Zahnerhaltung e.V. (DGZ) im Oktober 2013 begann, mündete drei Jahre später in die erste umfassende wissenschaftliche Leitlinie zur Kariesprophylaxe bei bleibenden Zähnen, die seit letztem Jahr auch als Patienteninformation verfügbar ist. Unter Federführung der DGZ sowie der Deutschen Gesellschaft für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde e.V. (DGZMK) konsentierten insgesamt 15 Fachgesellschaften sieben grundlegende Empfehlungen zur Kariesprophylaxe bei bleibenden Zähnen. Drei der sieben Empfehlungen setzen die Patienten selbst um, die vier weiteren erfolgen individuell und direkt in der Zahnarztpraxis oder in enger Abstimmung mit ihr (s. Grafik).

Kariespräventive Wirkung wissenschaftlich anerkannt

Wie aber erklärt sich die wissenschaftlich nachgewiesene kariespräventive Wirkung des Kaugummikauens? Die an der Leitlinie beteiligten Autoren und Fachgesellschaften sichteteten zahlreiche klinische Studien, in denen der kariesprophylaktische Effekt von mindestens dreimal täglichem Kauen von zuckerfreien Kaugummis untersucht wurde. So ergaben Studien bei acht- bis dreizehnjährigen Kindern nach 24 Monaten eine signifikant geringere Kariesprogression in der Gruppe mit Kaugummikauen im Vergleich zur Kontrollgruppe ohne Kaugummikauen. Bei sechs- bis siebenjährigen Kindern, die zwei Jahre lang Mundhygieneinstruktionen erhielten und zusätzlich Kaugummi kauten, trat nach zwei Jahren signifikant weniger Karies auf als in der Gruppe mit alleiniger Mundhygieneinstruktion oder in der Kontrollgruppe ohne Instruktion und ohne Kaugummikauen. Auch systematische Übersichtsarbeiten zum Thema kommen zu dem Schluss, dass es objektiv gute bis sehr gute Nachweise gibt, dass zuckerfreie Kaugummis antikariogen wirken können. Zurückzuführen sei dies auf die Speichelstimulation, insbesondere nach den Mahlzeiten, sowie eventuell die fehlende Verstoffwechslung der in den Kaugummis enthaltenen Polyole durch die Bakterien zu Säuren, heißt es im Leitlinien-Text. Die Leitlinie steht unter www.dgz-online.de/patienten/informationen zum Download bereit, wie auch die zugehörige allgemeinverständliche Patienteninformation, die Praxen unter www.wrigley-dental.de auch kostenfrei als Faltblatt bestellen können. <<<

Wissenschaftliche Leitlinie: 7 Punkte zur Kariesprävention

Jeden Tag

- 2 x täglich mit fluoridhaltiger Zahnpasta Zähne putzen
- Zuckeraufnahme möglichst gering halten
- Nach Mahlzeiten zuckerfreien Kaugummi kauen

In Abstimmung mit der Praxis

- Prophylaxeprogramme wahrnehmen
- Weitere Fluoridierungsmaßnahmen
- Bei Bedarf: Chlorhexidin-Lack mit min. 1 Prozent CHX anwenden
- Versiegelung kariesgefährdeter Fissuren

