

Das Wichtigste: Prophylaxe funktioniert – und das in allen Altersgruppen. Karies, Gingivitis und Parodontitis, die häufigsten Krankheiten der Mundhöhle, sind vermeidbar bzw. kontrollierbar. Das ist keine Theorie, sondern seit Jahrzehnten erfahrene Realität. Auf diesen Erfolgen darf man sich jedoch keinesfalls ausruhen, es gilt stattdessen, die verbliebenen Probleme anzuvisieren und die zukünftigen Herausforderungen anzunehmen!



Prophylaxe 2.0 – Fit und auf dem neuesten Stand für 2020

Prof. Dr. Johannes Einwag

Die zentrale Strategie hat sich – aufgrund erwiesener Wirksamkeit – in den vergangenen 25 Jahren nicht geändert. Die regelmäßige mechanische Entfernung von Zahnbelägen durch häusliche und professionelle Maßnahmen (das „mechanische Biofilmmangement“) steht nach wie vor im Mittelpunkt der Maßnahmen zur Gesunderhaltung der Zähne und des Zahnhalteapparates. Der Volksmund hat dies im Satz „Ein sauberer Zahn bleibt gesund!“ allgemeinverständlich formuliert.

Es gibt nichts Gutes, außer man tut es! Auch diese Erkenntnis ist einfach. Die Bildung der Beläge geschieht lebenslang – also müssen die Maßnahmen zur Belagentfernung ebenfalls lebenslang erfolgen. Und dazu bedarf es lebenslanger Motivation.

Und (was gelegentlich vergessen wird) nicht nur die Regelmäßigkeit, sondern auch die Qualität der Belagentfernung ist von Bedeutung. Ein „sauberer Zahn“ bedeutet: 100 Prozent sauber! Und beim „Säubern der Zähne“ (Hartgewebe) und des umgebenden Zahnfleisches (Weichgewebe) gelten grundsätzlich die gleichen Regeln, wie sie auch für die Reinigung anderer harter oder weicher Oberflächen (Auto/Teller oder Kleid/Hose ...) selbstverständlich vorausgesetzt werden: Nutzen stiften (säubern), ohne Schaden anzurichten (die Oberfläche zu beschädigen). Vereinfacht ausgedrückt: Der Belag muss weg – aber schonend!

Und dieses Ziel ist trotz intensiver Instruktion durch geschulte Prophylaxeassistentinnen oder Dentalhygienike-

rinnen und Zuhilfenahme der modernsten Hilfsmittel im Rahmen häuslicher Maßnahmen allein selbst bei bestem Willen nur für die wenigsten Menschen umzusetzen – zusätzliche professionelle Hilfe zur Vor- oder Nachsorge von Erkrankungen ist erforderlich!

Diese Erkenntnisse sind nicht neu. Geändert haben sich in den vergangenen Jahren allerdings sowohl die Motivation der Bürger als auch die praktischen Möglichkeiten, mit denen „Prophylaxe“ im Alltag des Einzelnen – unabhängig von seinen individuellen Erkrankungsrisiken – umgesetzt werden können. Verantwortlich ist das gestiegene Angebot gruppen- und individualprophylaktischer Maßnahmen durch entsprechend qualifiziertes Personal, sowohl im pädagogischen als auch im fachlichen Bereich.

Durch die Gruppenprophylaxe wurde innerhalb einer Generation eine neue soziale Norm eingeführt, im Jahr 2016 putzt man sich in Deutschland täglich mindestens einmal die Zähne. Die Frage nach dem „Warum Prophylaxe?“ stellt sich nicht mehr, sie ist „bautechnisch“ verankert. „Weil es alle tun“ – eine tägliche aktive rationale Motivation („Ich putze, weil ...) ist nicht nötig. Insbesondere, jedoch nicht nur die unter 30-Jährigen haben die Vorteile der Prophylaxe am eigenen Leib erfahren

© Antonio Guille/Shutterstock.com



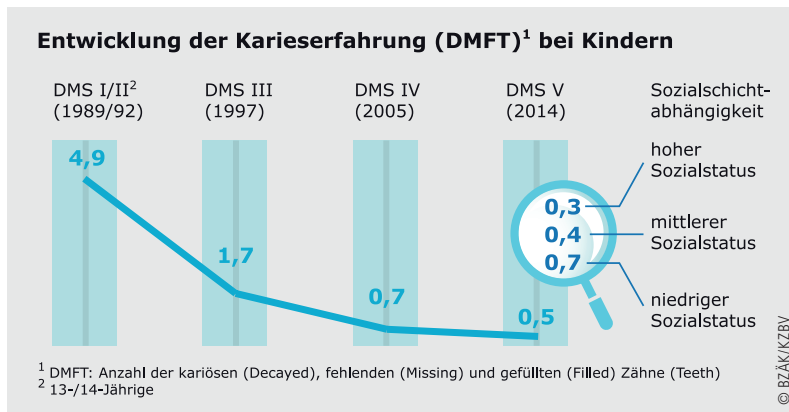


Abb. 1: Sinkende Karieserfahrung bei Kindern (12-Jährige): Sozialschichtabhängigkeit der Karieserfahrung, aber alle sozialen Schichten haben von der Prävention profitiert.

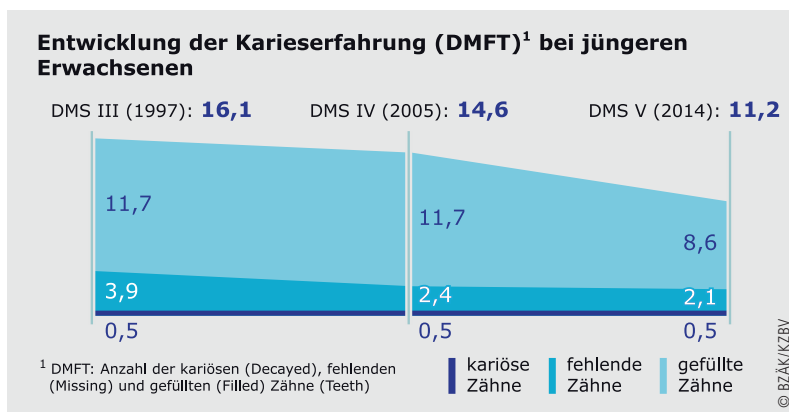


Abb. 2: Sinkende Karieserfahrung bei jüngeren Erwachsenen (35- bis 44-Jährige).

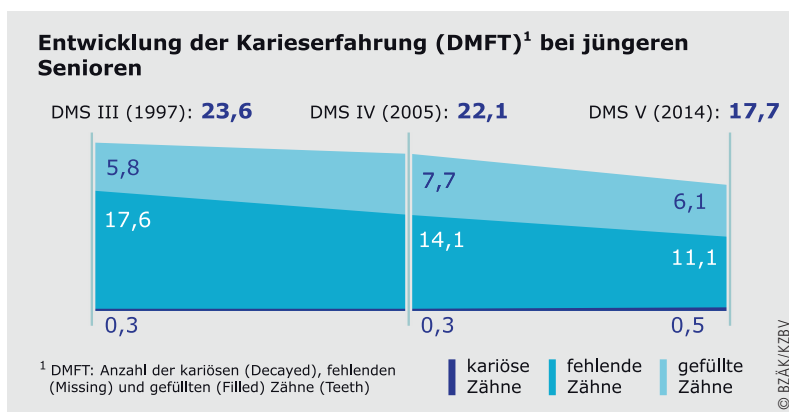


Abb. 3: Sinkende Karieserfahrung bei jüngeren Senioren (65- bis 74-Jährige).

und registriert, dass die Folgen zahnärztlicher Prophylaxe deutlich über die Gesunderhaltung der Mundhöhle hinausgehen und ganzheitliche Aspekte, wie z. B. Ästhetik, Attraktivität, Selbstsicherheit, Allgemeingesundheit, Lebensfreude und Lebensqualität, positiv beeinflussen. Erfolgreiche Individualprophylaxe baut auf diesem Grundkonsens auf. Sie beantwortet (basierend auf der Diagnose des individuellen Erkrankungsrisikos)

die Fragen nach dem „Wie und womit Prophylaxe?“. Und hier haben sich in den vergangenen Jahren enorme Entwicklungen vollzogen, sowohl, was die Qualifikation der Mitarbeiter (es gibt nun die Prophylaxeassistentinnen und Dentalhygienikerinnen), die Strukturen und Organisationen der Praxen (eigene Prophylaxezimmer mit separater Terminvergabe), die Hilfsmittel zur häuslichen Prophylaxe (Zahnbürsten, Zahnpasten ...) als auch zur professionellen

Prävention (Handinstrumente, Schall- und Ultraschallgeräte, Pulverstrahlgeräte ...) betrifft.

Das Ergebnis kann sich sehen lassen! Bei ca. 90 Prozent aller Personen führt die Prophylaxe zu einer deutlichen Verbesserung der Zahngesundheit und der Lebensqualität – eine Entwicklung, auf die wir durchaus stolz sein können.

Dennoch ist dies kein Grund zur Euphorie. Gleichzeitig formuliert diese Zahl indirekt die Herausforderung für die Zukunft: Programme, Konzepte und Strategien zu entwickeln, mit denen auch die restlichen 10 Prozent erreicht werden können – in allen Altersgruppen! Denn bei 80 Millionen Deutschen sind dies immerhin stolze acht Millionen Personen. Hier gibt es eine Reihe interessanter Ansätze, insbesondere zur Motivation und Remotivation, z. B. zielgruppengerechte Gesundheits-Apps. Gleichzeitig muss dafür Sorge getragen werden, dass die Generation der jungen Eltern, die die Vorteile der Prophylaxe erfahren hat, dies nicht als selbstverständlich ansieht und damit das Problembewusstsein für die täglichen Prophylaxeroutinen nicht nur bei sich selbst, sondern auch bei den Kindern verliert.

Schließlich muss es gelingen, die Erfolge der Prävention in den ersten Lebensjahrzehnten auch in die höheren Altersgruppen zu transportieren – bei natürlichen Zähnen und auch beim Zahnersatz, einschließlich den Implantaten. Auch für die wachsende Anzahl pflegebedürftiger Menschen müssen geeignete Konzepte entwickelt werden – eine große Herausforderung!

Wir sind somit noch lange nicht am Ziel, aber auf einem guten Weg!

Kontakt

Prof. Dr. Johannes Einwag

Direktor des Zahnmedizinischen Fortbildungszentrums Stuttgart
 Vorsitzender der Gesellschaft für Präventive Zahnheilkunde
 Herdweg 50
 70174 Stuttgart
 Tel.: 0711 2271-616
 j.einwag@zffz-stuttgart.de