

**Mundgesundheit**

# Diabetes gefährdet die Zähne



Jedes Jahr erkranken rund 350.000 Menschen in Deutschland neu am sogenannten „Altersdiabetes“. Dabei ist der Begriff nicht mehr nur im hohen Alter anzusiedeln. Altersdiabetes ist auch für 30- oder 40-Jährige längst keine Seltenheit mehr. Ist die Diagnose Diabete

tes allein bereits ernst genug, kommen erhebliche Folgen hinzu. Die meisten Menschen verbinden diese Risiken jedoch nicht direkt mit der Krankheit. So sind „Zuckerkrankte“



vor allem für bakterielle Infektionen wie Zahnfleischartzündungen (Parodontitis) anfälliger.

„Auch umgekehrt beeinflusst eine Parodontitis Diabetiker ungünstig. Daher sollte die zahnmedizinische Behandlung dieser Patienten gleichrangig wie bei anderen Risikofaktoren einbezogen werden“, forderte Prof. Dr. Dietmar Oesterreich, Vorstand der Initiative proDente e.V., anlässlich des letzten Weltdiabetestages.

**Ursachen liegen in Kindheit und Jugend**

Der Trend ist alarmierend: Acht Prozent der deutschen Kinder sind adipös, also fettleibig, 20 Prozent sind dauerhaft übergewichtig. Bei den Jugendlichen sind es sogar 30 Prozent. Damit ist der erste große Schritt hin zum Diabetes getan. Folgekrankheiten rücken somit immer stärker in den Blickpunkt.

**Häufig Unwissen**

Viele Diabetespatienten, die an einem Mangel des körpereigenen Insulin leiden, wissen es nicht oder ignorieren es: Ihr veränderter Zuckerstoffwechsel beeinflusst die Mundgesundheit. Insulin reguliert den Zuckergehalt im Blut. Zu wenig Insulin lässt den Blutzuckerwert steigen. Ablagerungen an den kleinen Gefäßen (Kapillaren) sind die Folge. Ihre Funktion ist dadurch beeinträchtigt und die Durchblutung lässt nach.

„Mikroangiopathie“ heißt die Erkrankung dieser kleinen Blutgefäße. Sie wirkt sich auf die Sauerstoff- und Nährstoff-

versorgung des gesamten Organismus aus, also auch auf das Zahnfleisch und den Zahnhalteapparat. Liegen Mikroangiopathien vor, sind außerdem die Abwehrmechanismen des betroffenen Gewebes geschwächt. Daher können sich Bakterien in der Mundhöhle ungehindert vermehren und Mundkrankungen – insbesondere Zahnbettentzündungen (Parodontitis) – fördern.

**Auch die Bildung von Karies wird beeinflusst**

Eine weitere mögliche Folge von erhöhten Blutzuckerwerten ist verminderter Speichelfluss. Speichel ist von besonderer Bedeutung für die körpereigene Abwehr und wirkt wie ein Puffer: Er verdünnt und neutralisiert Säuren, die durch Bakterien in der Mundhöhle entstehen. In einem trockenen Mund dagegen können Bakterien den Zahnschmelz schneller angreifen.

Die Gefahr von Karies nimmt zu. Zudem sind bei Diabetikern besondere Stellen von Karies betroffen. So befällt Karies vorwiegend den Zahnhals.

## 10 Tipps für Diabetiker: Mundhygiene sehr wichtig

Wenn Sie Patienten mit Diabetes haben, können Sie folgende Tipps, die proDente zusammengestellt hat, an sie weitergeben, um deren Gesundheit der Zähne zu erhalten und zu schützen:

1. Optimale Einstellung der Diabetes sollte beachtet werden.
2. Zweimal tägliches Putzen der Zähne mit fegenden Bewegungen von Rot nach Weiß.
3. Regelmäßiges Erneuern der Zahnbürste, etwa alle drei Monate.
4. Fluoridhaltige Zahnpasta sollte verwendet werden und, wenn notwendig, auf Ihre Anweisung einmal wöchentlich ein spezielles Fluoridgel aus der Apotheke.
5. Tägliche Reinigung der Zahnzwischenräume mit Zahnseide oder speziellen Zwischenraumbürsten.
6. Mit einem zuckerfreien Zahnpflelegekugummi zwischendurch sind schädliche Säuren zu neutralisieren und der Speichelfluss zu fördern.
7. Zweimal pro Jahr sollten Ihre Patienten zur zahnärztlichen Vorsorge gehen, auch ohne Beschwerden.
8. Entzündungen oder Blutungen des Zahnfleisches sollten Ihnen unbedingt mitgeteilt werden.
9. Zum Senken des Risikos von Munderkrankungen sollte eine regelmäßige professionelle Zahnreinigung gemacht werden.
10. Bestehende Diabeteserkrankungen sowie die Einstellung der „Zuckerwerte“ Ihrer Patienten sollten Ihnen unbedingt mitgeteilt werden.