

Prophylaxe auch im Alter von Bedeutung

Studie zeigt, dass es für Prophylaxemaßnahmen nie zu spät ist



Egal in welchem Zustand die Zähne sind – Prophylaxe ist immer wichtig.

■ (BZÄK/DZ today) Ein Leben lang gesunde Zähne. Mit der richtigen Vorbeugung bleibt dies kein frommer Wunsch. Wie das geht, zeigen Colgate und die Bundeszahnärztekammer (BZÄK) in einer gemeinsamen Broschüre auf. Der Ratgeber mit dem Titel „Gesunde Zähne – ein Leben lang“ wendet sich besonders an Menschen in der zweiten Lebenshälfte und gibt wertvolle Tipps, um Erkrankungen der „reifen“ Zähne und des „reifen“ Zahnfleisches effektiv vorzubeugen. Schließlich gewinnt durch den demographischen Wandel in unserer Gesellschaft die Prophylaxe bei der 50-Plus-Generation stetig an Bedeutung.

Die Deutschen werden immer älter und leben immer länger. Um die Gesundheit dieser Bevölkerungsgruppe bis ins hohe Alter zu bewahren, ist die gezielte Vorsorge gegenüber Krankheiten von zentraler Bedeutung. Dazu gehört auch die Vorbeugung von Zahn- und Zahnfleischerkrankungen. Die bisher erreichten Erfolge in der Zahnheilkunde belegen, dass es möglich ist, die Mundgesundheit bis ins hohe Alter zu erhalten. Diverse Studien haben die Zusammenhänge zwischen aktiver Vorsorge und erfolgreichem Erhalt der Mundgesundheit mittlerweile belegt. Dass die Zahngesundheit bei den über 50-Jährigen ein wich-

tiges Thema ist, zeigt auch eine repräsentative Umfrage, die das Meinungsforschungsinstitut Emnid im Auftrag von Colgate im August 2003 durchgeführt hat. 85 Prozent der Befragten gaben dabei an, dass ihnen die Gesundheit von Zähnen und Zahnfleisch heute wichtiger ist als früher. Damit bestätigt sich der Trend, dass auch ältere Menschen immer größeren Wert auf Gesundheit und Wellness legen. Dabei dürften auch die eigenen Erfahrungen eine Rolle spielen. Schließlich tragen bereits 51 Prozent der über 50-Jährigen eine Teil- oder Vollprothese und haben damit an eigenen Leibe erfahren, dass sie mangelnde Vorsorge und Pflege mit schlechter Zahngesundheit bezahlen. Dass die Bedeutung und auch die Wirksamkeit der Mundhygiene zunehmend erkannt wird, zeigt auch die Tatsache, dass lediglich 4 Prozent der Befragten glauben, Vorbeugung mache in ihrem Alter keinen Sinn mehr.

Klinischen Studien des Instituts der Deutschen Zahnärzte zufolge kommen bei 65 Prozent der Personen über 64 Jahre Erkrankungen des Zahnhalteapparates (Parodontitis) vor. In der aktuellen Emnid-Umfrage gaben aber nur 13 Prozent der Befragten an, an Parodontitis erkrankt zu sein. Diese Diskrepanz ist nicht zuletzt auf man-

gelnde Kenntnisse über Erkrankungen von Zähnen und Zahnfleisch zurückzuführen. Colgate und BZÄK haben sich daher vorgenommen, solche Informationslücken zu schließen. „Mit der Broschüre wollen wir die über 50-Jährigen für das Thema Prophylaxe sensibilisieren und sie zu aktiver Vorsorge motivieren. Denn mit der richtigen Vorbeugung werden nicht nur die Zähne bis ins hohe Alter erhalten, sondern auch die Lebensqualität“, fasst Dr. Dietmar Oesterreich, Vizepräsident der BZÄK, das Konzept des neuen Ratgebers zusammen.

Eine besonders wirkungsvolle Vorbeugung stellt die professionelle Zahnreinigung (PZR) beim Zahnarzt dar. „Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass die PZR die ideale Ergänzung ist, um Zähne und Zahnfleisch bis ins hohe Alter gesund zu halten“, erklärt Dr. Frauke Müller, die Privatdozentin für Alterszahnheilkunde an der Universität Mainz ist und die Entstehung des Ratgebers wissenschaftlich begleitet hat. Dass schon viele ältere Menschen um den Nutzen der PZR wissen, belegt auch die bereits zitierte Emnid-Umfrage. Sie kommt zu dem Ergebnis, dass 57 Prozent der über 50-Jährigen bereits einmal eine PZR haben durchführen lassen. <<

Teegenuss ist gut für die Zähne

Inhaltsstoffe von Tee schützen vor Karies



■ (ots/DZ today) Täglicher Teegenuss trägt zum Schutz vor Karies bei. Die im Tee enthaltenen Substanzen stärken den Zahnschmelz und verhindern

eine übermäßige Säurebildung im Mund.

Oberstes Gebot für gesunde Zähne ist natürlich tägliches Zähneputzen. Darüber hinaus empfiehlt es sich aber auch, regelmäßig Tee zu trinken. Denn jedes Teelblatt speichert eine Fülle wertvoller Inhaltsstoffe, die beim Aufbrühen in das heiße Wasser übergehen. Tee enthält größere Mengen an Mineralstoffen und Spurenelementen, wie z.B. Fluorid. Das härtet den Zahnschmelz und schützt somit vor Karies. Bereits ein Liter schwarzer Tee versorgt den Körper mit rund zwei Milligramm Fluorid. Diese Menge deckt etwa 50 Prozent des Tagesbedarfs eines Erwachsenen. Kaum ein anderes Lebensmittel hat einen derart hohen Fluoridgehalt. Einen zusätzlichen Schutz vor

Karies bieten die im Teee enthaltenen Polyphenole. Sie hemmen im Mund die Umwandlung von Stärke in Traubenzucker, der den Plaquebakterien als Nahrungsgrundlage für die Produktion zahnschädigender Säuren dient. Polyphenole schützen aber nicht nur vor Karies, sie binden auch die freien Radikale im Körper und dämmen dadurch die Produktion von schädlichen Sauerstoffradikalen ein. Studien deuten darauf hin, dass die antioxidativ wirkenden Substanzen z. B. Herz- und Kreislauf-Erkrankungen und Krebs entgegenwirken können. Schon zwei Tassen Tee enthalten etwa gleich viele Antioxidanzien wie vier Äpfel oder 20 Tassen Apfelsaft. <<

Parodontitisbehandlung kann Frühgeburten verhindern

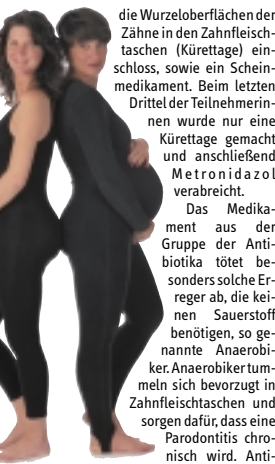
Neue Erkenntnisse einer US-Studie über den Zusammenhang von Schwangerschaft und Zahngesundheit

■ (Multimedica/DZ today) Bei einem Viertel aller Frühgeburten ist die Ursache nicht bekannt. Einer Offenbacher Studie zufolge könnten jedoch allein 18,2 Prozent aller „Frühen“ in Zusammenhang mit einer unerkannten oder unbehandelten Parodontitis der Mutter stehen. Bei einer Parodontitis kommt es zu Entzündungen von Zahnfleisch, Zahnwurzeln und Kiefer. Schwangere sind auf Grund von Nährstoffengpässen davon besonders häufig betroffen. Mediziner sprechen von einem 75-fach erhöhten Risiko für eine Frühgeburt, wenn die Mutter unter chronischen Entzündungen des Zahnhalteapparats leidet.

US-Wissenschaftler der Universität Alabama haben nun in einer Studie mit 366 Schwangeren gezeigt, dass eine nicht chirurgische Behandlung der Parodontitis das Risiko erheblich senkt, vor der 36. Schwangerschaftswoche zu ent-

binden. An der Untersuchung nahmen Frauen in der 21. bis 25. Schwangerschaftswoche teil, deren Zahnfleisch auf Grund entzündlicher Prozesse in drei von vier Kieferabschnitten um drei Millimeter zurückgegangen war. Sie wurden in drei Gruppen aufgeteilt.

Bei der ersten Gruppe wurden die Zähne lediglich gereinigt, und die Frauen bekamen ein Placebo. Die zweite Gruppe erhielten eine gründliche Zahnreinigung, die auch



die Wurzeloberflächen der Zähne in den Zahnfleischtaschen (Kürettage) einschloss, sowie ein Scheinmedikament. Beim letzten Drittel der Teilnehmerinnen wurde nur eine Kürettage gemacht und anschließend Metronidazol verabreicht. Das Medikament aus der Gruppe der Antibiotika tötet besonders solche Erreger ab, die keinen Sauerstoff benötigen, so genannte Anaerobier. Anaerobier tummeln sich bevorzugt in Zahnfleischtaschen und sorgen dafür, dass eine Parodontitis chronisch wird. Anti-

biotika dürfen während der Schwangerschaft nur bedingt eingenommen werden, weil sie dem Ungeborenen schaden können.

Den 366 Studienteilnehmerinnen standen 723 schwangere Frauen mit unbehandelter Parodontitis zur Kontrolle gegenüber. Nach der Entbindung verglichen die Wissenschaftler die Geburtstermine. Sie stellten fest, dass Frauen, die eine gründliche Zahnreinigung und eine Kürettage genossen hatten, achtmal seltener vor der 36. Schwangerschaftswoche entbunden hatten als unbehandelte Frauen aus der Kontrollgruppe. Zur Überraschung der Forscher brachten Mütter, die nach der Kürettage vorbeugend Metronidazol eingenommen hatten, ihre Kinder früher auf die Welt als Frauen der Gruppe zwei. Diese Besonderheit wollen die Wissenschaftler in weiteren Studien klären, hieß es aus Alabama. <<

Weißer Zähne durch Kaugummi

Eine türkische Studie belegt den positiven Effekt des regelmäßigen Kauens



Ein strahlend weißes Lächeln durch Kaugummi.

■ (Medical Tribune/DZ today) Häufiges Kaugummi kauen lässt die Zahnstrahlen. Zu diesem Ergebnis kam nun eine türkische Studie. Von 76 Teilnehmern konnte sich mehr als die Hälfte über einen Rückgang der Verfärbungen freuen. Sämtliche Probanden, alles junge Erwachsene, hatten braune Verfärbungen an den Zähnen, ausgelöst beispielsweise durch Tabak, Tee, Kaffee oder Rotwein. Sie wurden in zwei Gruppen unterteilt: Die erste Gruppe bekam die „normalen“ Prototyp A-Kaugummis, welche nur Zuckeralkohole, Glycerin und Aromastoffe enthielten. Die restlichen Teilnehmer erhielten Kaugummi des Prototyps B, dieser war zusätzlich mit Phosphaten und Bikarbonaten versehen. Die Studie lief über vier Wochen, in denen die Teilnehmer dreimal am Tag jeweils nach dem Essen, zwei Streifen für 15 Minuten kauen mussten. Das Ergebnis war durch-aus sehenswert: 48 Prozent der ersten Gruppe und 64 Prozent der zwei-

ten sprachen von einem deutlichen Rückgang ihrer braunen Flecken. Beide Formen des Kaugummis helfen somit bei Verfärbungen, wenn auch der Prototyp B mit den zugefügten Substanzen effektiver ist. Die Wissenschaftler aus Istanbul raten Betroffenen, nun erst Kaugummi zu kauen, bevor sie es mit diversen Zahnweiß-Produkten versuchen, da diese des öfteren schädlich für die Zähne sein können. <<

Die richtige Zahnbürste für gesunde Zähne

Neuartige Zahnbürsten mit spezieller Borstenanordnung reinigen effektiv und schonen das Zahnfleisch



Gesunde Zähne durch richtiges Putzen und die richtige Zahnbürste.

■ (ots/DZ today) Horizontales, kräftiges Putzen, vor allem aber zu harte Zahnbürsten führen schon bei den Kindern zu Verletzungen im Zahnhalsbereich. Gesundes Zahnfleisch ist an den Zähnen mit den Saumzellen festgemacht: Sie bilden eine Barriere gegen Giftstoffe aus bakteriellen Zahnbelä-

gen. Wird dieser Schutzschild löchrig, kommt es zu Zahnfleischartzündungen, die auf den ganzen Zahnhalteapparat übergreifen und die Zahnhöhle frei legen können. Das verursacht nicht nur Überempfindlichkeit. Durch die Zahnfleischrückbildung lockern sich die Zähne und in letzter Kon-

sequenz droht ihr Verlust. Ein akutes Problem, denn die Zahlen sind alarmierend: Bei mehr als 60 Prozent der Erwachsenen und bei 30 Prozent der Schulkinder sind Entzündungsercheinungen am Zahnfleisch feststellbar. Da heißt es, möglichst schon im Milchzahnalter vorbeugen, und zwar mit effektiver Zahnhygiene. Grund genug für Elmex, eine Zahnbürste zu entwickeln, die alle Kriterien der Zahnmedizin berücksichtigt. Darüber hinaus bieten die neuen elmex inter X-Zahnbürsten sogar Zusatznutzen, z.B. eine überlegene Reinigungsleistung in den „kritischen Zonen“ und eine besondere Schonung des Zahnfleisches. Beides wurde im klinischen Leistungsnachweis bestätigt (Interner Bericht, GABA Internatio-

nal 1999). Möglich macht das die innovative Drei-Komponenten-Technologie der inter X-Zahnbürsten, die das Zusammenspiel von Bürstenkopf, Borsten und Griff optimiert. Ein großes Plus ist die Anordnung der Borsten. Wie sie für die beste Reinigungsleistung gestellt sein müssen, wurde in mehreren Testreihen erprobt. Das Ergebnis: X-gestellte Borstenbündel in zwei millimetergenau aufeinander abgestimmten Höhen, die sich beim Zähneputzen optimal ergänzen. Die kürzeren Borsten reinigen nämlich die Glattflächen der Zähne, während die längeren in Zahnhzwischenräume vordringen. Für Haltbarkeit sorgen das moderne Kunststoffmaterial der Borsten und ihre Verankerung im Bürstenboden. <<

Infos im Internet

Weitere Informationen, aktuelle Nachrichten und Veranstaltungshinweise aus der Welt der Zahnmedizin finden Sie im Internet unter:

www.uptodayte.com
www.mycommunications.de