

# ZahnRat 46

DIE AKTUELLE PATIENTENINFORMATION IHRES ZAHNARZTES

## Es hängt mehr am Zahn als nur die Wurzel

### Von Wechselwirkungen zwischen Allgemeinerkrankungen und Zahngesundheit

Um bis ins Alter „kraftvoll“ zubeißen zu können, ist u. a. eine gute Mundhygiene wichtig. Das ist vielen klar. Aber hätten Sie auch gewusst, dass eine Herz-Kreislauf-Erkrankung für Zahnfleischschwund sorgen kann? Oder dass Tinnitus aus Störungen im Kiefergelenk resultieren kann?

Dass Zähne mit der Verdauung – der mechanischen Zerkleinerung der Nahrung – etwas zu tun haben, ist jedem einleuchtend. Die Aufgabe eines Zahnes führt jedoch noch viel weiter: als Teil des „Stomatognathen Systems“ beeinflusst er in Wechselwirkungen das Immunsystem, das Herz-Kreislauf-System, den Skelett-Muskel-Apparat, das Drüsensystem, (z. B. Speicheldrüsen) und nicht zuletzt auch die Psyche des Menschen. Verschiedene Allgemeinerkrankungen wie Diabetes, Hepatitis, HIV-Infektionen, Blutgerinnungsstörungen oder die Medikamententherapie im Zusammenhang mit Allgemeinerkrankungen üben andererseits einen erheblichen Einfluss auf den Zustand und die Therapie des Zahnes und seiner zugehörigen Strukturen (Zahnfleisch, Mundhöhle ...) aus. Daraus resultiert: Der Mensch sollte in seiner Gesamtheit betrachtet werden. Sonst können Therapieansätze ganz schnell in eine Sackgasse führen und einen anhaltenden Erfolg der Behandlung



in Frage stellen. Der Zahnarzt kann solche Probleme erkennen und sie in Zusammenarbeit mit entsprechenden Fachkollegen innerhalb einer interdisziplinären Therapie angehen. Ohne die Mitarbeit des Patienten geht

hierbei nichts. Deshalb möchten wir Sie mit diesem ZahnRat animieren, bestimmte Symptome bzw. Beschwerden gesamtheitlich zu betrachten und sich diesen Aspekten zu öffnen. Sprechen Sie vertrauensvoll mit Ihrem Zahnarzt! ■



Patientenzeitung der Zahnärzte

in Brandenburg, Mecklenburg-Vorpommern, Sachsen, Sachsen-Anhalt und Thüringen

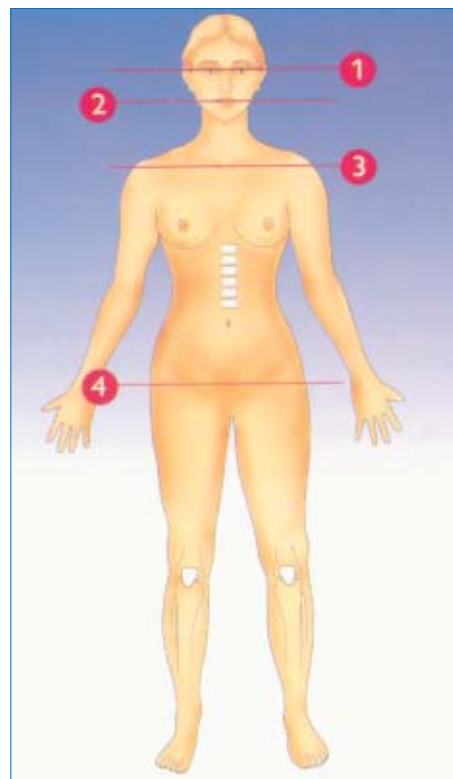
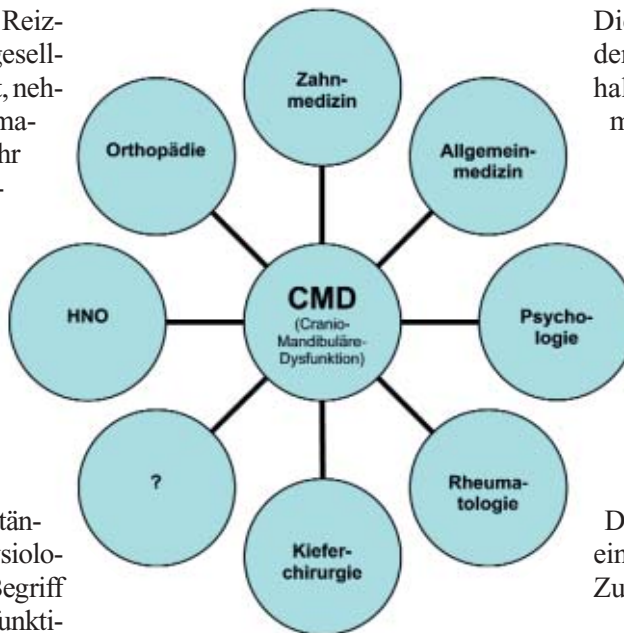
# Alles Psychosomatik\*?

In der heutigen Zeit, durch häufige Reizüberflutung im privaten und gesellschaftlichen Leben gekennzeichnet, nehmen die so genannten psychosomatischen Erkrankungen immer mehr Platz ein. Hiervon sind unter anderem die gefühlsmäßig vom Kiefergelenk ausgehenden Schmerzen inbegriffen. Die Betonung liegt auf „gefühlsmäßig“, denn tatsächlich sind die Ursachen für solche Schmerzen äußerst vielseitig. Fachlich ausgedrückt: multidisziplinär.

Die unterschiedlichen Schmerzzustände und Abweichungen von der physiologischen Norm werden unter dem Begriff CMD (Cranio-Mandibuläre-Dysfunktion) zusammengefasst. Hier ist es wie im allgemeinen Leben: es wird nur sehr selten einfache Antworten geben. Wer zum Beispiel zu schnell Beschwerden auf Stress zurückführt, verkennt leicht eine vorhandene Normabweichung in der Körperhaltung.

Die meisten Schmerzpatienten würden sich zunächst wundern, dass ihre Probleme am Kopf unter Umständen von ihrer Wirbelsäule oder gar ihren Füßen herrühren. Dabei kann man dies auch ganz leicht vor einem Spiegel selbst kontrollieren: Durch die Veränderung der Beinstellung, der Haltung des Beckens oder des Oberkörpers wird zwangsläufig auch die Haltung des Kopfes und somit des Unterkiefers beeinflusst. Veränderungen an der Körperhaltung, die anatomische oder funktionelle Ursachen haben können, führen somit zu Schmerzen in Bereichen – hier im Kopf –, die primär nicht mit dem ursächlichen Geschehen verbunden sind. Es gibt tatsächlich eine große Palette von Grunderkrankungen und damit verbundener Veränderungen, beispielsweise:

- Beckenschiefstand
- eine krumme Wirbelsäule
- Schulterasymmetrie
- Schiefhals.



*Sie können sich im Spiegel selbst betrachten: Die ideale Körperhaltung sollte von vorn gesehen ohne Abweichungen der Körperebenen zur Horizontalen bestehen:*

- 1 Augen-,
- 2 Biss-,
- 3 Schultergürtel- und
- 4 Hüftebene.

Dies ist nur ein kleiner Ausschnitt aus der Vielzahl von möglichen Körperfehlhaltungen. Als Grunderkrankung kommen körperliche Veränderungen in Frage, die durch äußerliche Faktoren entstanden sind. Hierzu zählen z. B. Knochenerkrankungen, Rheuma, Muskelentzündungen in Folge einer Infektion, Tumore und weitere, häufig mit Schmerzen einhergehende Erkrankungen.

Aus allem wird besonders eines deutlich: Hier hilft keine einseitige Diagnostik und Therapie! Es bedarf einer umfassenden interdisziplinären Zusammenarbeit.

## Immer zum Hausarzt?

Eindeutig: ja! Denn im heutigen System der medizinischen Versorgung soll der Hausarzt eine Leitfunktion übernehmen. Hier ist der richtige Ort, um den Überblick über alle begleitenden Untersuchungen und Therapiemaßnahmen zu behalten. Genauso aber ist der Hausarzt auch angehalten, die vorhandene Fachkompetenz des Zahnarztes für den Bereich des gesamten Kauapparates zu nutzen.

## Muss es eine Universitätsklinik sein?

An den meisten Universitätskliniken gibt es spezielle Schmerzprechstunden. Daneben gibt es aber auch weitere Spezialkliniken, die sich dem zunehmenden Problem der Cranio-Mandibulären-Dysfunktionen widmen.

Einer großen Zahl von Patienten mit CMD kann durch Therapiemaßnahmen des Zahnarztes bzw. der Fachkollegen (HNO, Internist, Orthopäde u. a.) relativ schnell geholfen werden.

Nur selten (bei keinerlei Therapieerfolg nach wenigen Wochen) ist eine Überweisung an eine Universitätsklinik angeraten.

\* **laut Lexikon** ... beschäftigt sich Psychosomatik mit den Wechselbeziehungen zwischen körperlichen und seelischen Vorgängen; körperliche Begleiterscheinungen des Seelenlebens. Betrachtet den Menschen als biologische, psychische und soziale Einheit.

## Bin ich verrückt?

Niemand ist verrückt, nur weil er ominöse Beschwerden hat. Es hilft nur nicht, wenn man nichts dagegen tut. Denn psychische Störungen gehen oft einher mit Stress – Familie, Schule, Arbeitsplatz, Freizeit. Notwendige Problemlösungen können nicht immer durch den Patienten selbst oder im Umfeld gelingen. Hierbei sollte die professionelle Hilfe eines Psychotherapeuten in Anspruch genommen werden.

## Was kann ich selbst tun?

Es gibt eine Vielzahl von einfachen unterstützenden Therapiemaßnahmen, die man unter dem Begriff „Entspannung“ zusammenfassen kann.

### Wärmestrahlung:

Fast jeder Haushalt hat eine Infrarotlampe. Schon diese Wärme führt in den meisten Fällen zu einem schnellen, allerdings auch nur kurzfristigen Erfolg. Häufig empfiehlt es sich, diese Wärmebehandlung auf die anderen Strukturen wie Rückenmuskulatur, Nacken auszudehnen.

### Heiße Rolle:

Gehört zu dem Aspekt „feuchte Wärme“. Da hierbei aber die Möglichkeit der Verbrühung besteht, sollte man sich dies zumindest einmal von einem Arzt bzw. Physiotherapeuten demonstrieren lassen. Die „feuchte Wärme“ wird vor allem bei chronischen Schmerzzuständen empfohlen.

### Fango:

Auch hier ist vor dem ersten Versuch die Hilfe eines Physiotherapeuten angeraten. Durch den bis zu 15 Min. wärmespeichernden und mineralischen Inhalt (Vulkangestein) ist die Anwendung bei starken Muskel-/Gelenkschmerzen und Verspannungen möglich.

### Entspannungsübungen:

Viele Übungen aus der Krankengymnastik können auch selbstständig zu Hause durchgeführt werden. Dies ist bei chronischen Zuständen auch zwingend notwendig.

Das so genannte Hausübungsprogramm sollte nicht zu umfangreich und mit dem Arzt abgestimmt sein.



Übungen zur Aktivierungen der Gesichtsmuskulatur – das schönste Lächeln gehört ganz besonders dazu

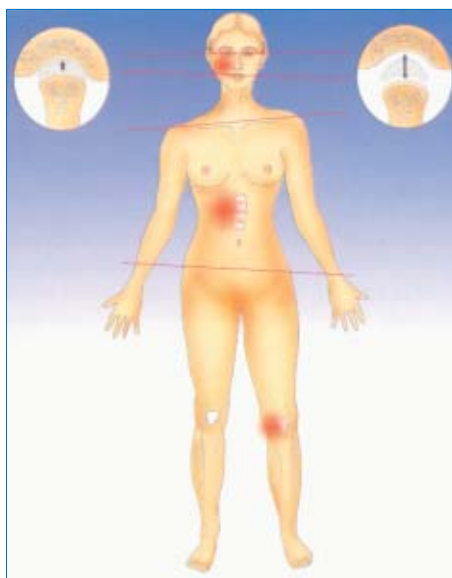
## Was kann die Physiotherapie leisten?

Es würde an dieser Stelle zu weit führen, alle Möglichkeiten eines Physiotherapeuten zu erläutern, die zum Abstellen von CMD geeignet sind. Deshalb seien nur die wichtigsten Methoden genannt – lassen Sie sich dazu im Detail von Ihrem Physiotherapeuten beraten. Es gibt die manuelle Lymphdrainage, die Elektrotherapie, natürlich die altbekannten Massagen, die manuelle Therapie sowie die

nicht zu unterschätzende Krankengymnastik. Bestandteile dieser Krankengymnastik sind z. B. die Rückenschule, die Gangschule, die Atemtherapie, die Körperwahrnehmungsübungen und verschiedene Entspannungstechniken.

Besonders wichtig ist, dass die so genannten Hausübungen weitergeführt werden. Probieren Sie es einmal selbst: Das folgende Beispiel gilt als Übung zur Aktivierung der Gesichtsmuskulatur:

- ☺ Zeigen Sie Ihr schönstes Lächeln!
- ☺ Schauen Sie so grimmig, wie Sie können.
- ☺ Spitzen der Lippen – pfeifen
- ☺ Einziehen der Unterlippe
- ☺ Einziehen der Oberlippe
- ☺ „Kussmund“ nach rechts
- ☺ „Kussmund“ nach links
- ☺ „Kussmund“ nach vorn
- ☺ pusten Sie die Wangen auf
- ☺ wechselseitiges Aufpusten der rechten bzw. linken Wange
- ☺ Zunge herausstrecken
- ☺ Zunge zur Nase
- ☺ Zunge nach rechts
- ☺ Zunge nach links
- ☺ Lächeln und Zähne zeigen
- ☺ Runzeln der Stirn
- ☺ Zum Schluss Zusammenziehen der Augenbrauen.



Orthopädische Fehlstellungen (z. B. kurzes Bein oder Bissstörung) können Haltungänderungen auslösen – eine mögliche Ursache wiederum für Cranio-Mandibuläre-Dysfunktionen (CMD)

Diese Übung ist nur ein Beispiel aus der fast unendlichen Vielfalt physiotherapeutischer Maßnahmen zur Unterstützung der Therapie bei CMD. ■

# Ein Kind – ein Zahn?

Kennen Sie das? Sie teilen Ihrer Familie freudig mit, dass Sie ein Kind erwarten, und bekommen zu hören: „Pass auf – jedes Kind kostet einen Zahn!“ – Nun, früher, in Zeiten mangelhafter Ernährung, hatte der Spruch sicher seine Gültigkeit. Heutzutage sieht das aber anders aus.

Eine Schwangerschaft ist für jede werdende Mutti eine ganz besondere Zeit. Es ist eine Zeit des (Er-)Wartens, insbesondere aber auch eine Zeit der Veränderungen. Der Körper passt sich den Erfordernissen des ungeborenen Kindes an. Daneben gehen viele Umstellungen vor sich, die von außen auf Anhieb nicht sichtbar sind. Das betrifft unter anderem den Hormonhaushalt.

## Gesundes Zahnfleisch senkt das Risiko einer Früh- oder Fehlgeburt

Im Mundbereich ist von dieser Hormonumstellung besonders das Zahnfleisch betroffen. Es wird empfindlicher und reagiert wesentlich sensibler auf äußere Reize als zuvor. Zahnbeläge, die so genannte Plaque, machen dem Zahnfleisch mehr als zuvor zu schaffen. Eine regelmäßige Reinigung der Zähne durch gründliches Zähneputzen ist deshalb gerade in der Schwangerschaft besonders wichtig. Die Zahnreinigung sollte zweimal täglich (früh und vor dem Zubettgehen) erfolgen. Die so genannte Schwan-

gerschaftsgingivitis – also eine Entzündung des Zahnfleisches in der Schwangerschaft – wird zwar durch die Hormonumstellung begünstigt, ist aber letztendlich eine Folge der Ansammlung von Zahnbelägen.

Dass das Zahnfleisch gesund bleibt, ist für die Gesundheit des ungeborenen Kindes von enormer Wichtigkeit. Bei einer Schwangeren mit gesundem Zahnfleisch ist das Risiko einer Früh- oder Fehlgeburt um das Siebenfache geringer als bei einer Schwangeren mit entzündetem Zahnfleisch!

## Ausgewogene Ernährung für gesunden Zahnwuchs beim Baby

Bereits in der sechsten Schwangerschaftswoche beginnt die Bildung der Milchzähne. In der zwanzigsten Schwangerschaftswoche, wenn das Kind ungefähr 16 cm groß und 250 Gramm schwer ist, beginnt die Bildung des Zahnschmelzes. Für den Aufbau der Knochen und Zähne braucht der kindliche Körper Mineralien. Bei einer ausgewogenen Ernährung mit viel Obst, Gemüse, Milch und Milchprodukten sind für das Kind alle Voraussetzungen gegeben, sich aus diesem reichhaltigen Angebot zu bedienen. Nahrungsergänzungsmittel und Vitaminpräparate können übrigens allenfalls ein mäßiger Ersatz sein.

## Zweimal zum Zahnarzt erhöht Chance für kariesfreie Zähne beim Baby

Jede werdende Mutti sollte in ihrer Schwangerschaft möglichst zweimal von ihrem Zahnarzt eine Kontrolluntersuchung vornehmen lassen. Die erste Untersuchung sollte etwa im vierten Schwangerschaftsmonat stattfinden. Zu diesem frühen Zeitpunkt der Schwangerschaft schaut der Zahnarzt insbesondere nach dem Zustand des Zahnfleisches, untersucht aber auch die Zähne. Die zweite Kontrolluntersuchung sollte noch einmal kurz vor dem Ende der Schwangerschaft, im achten Monat, stattfinden. Bei dieser Untersuchung schaut der Zahnarzt dann besonders nach dem Zustand der Zähne. Sind die Zähne der Mutti nämlich gesund oder saniert, das heißt mit Füllungen oder Zahnkronen versorgt, ist die Wahrscheinlichkeit, dass auch das Kind kariesfreie Zähne erhält, wesentlich größer, als wenn die Mutti behandlungsbedürftige Zähne hat. Zusammenfassend kann also gesagt werden – eine gute und regelmäßige Zahn- und Mundpflege, eine ausgewogene und gesunde Ernährung, kombiniert mit regelmäßigen Kontrollbesuchen beim Zahnarzt haben dem alten Spruch „Ein Kind – ein Zahn“ seine Gültigkeit genommen. Viel besser in unsere heutige Zeit passt da der Spruch: „Eine gesunde Mutti – ein gesundes Kind“.



Zweimal sollte eine werdende Mutti während der Schwangerschaft den Hauszahnarzt aufsuchen – auch im Interesse des künftigen Kindes.



Alles in Ordnung! So abgesichert ist die Freude auf das Baby noch mal so groß.

# Diabetes – geht's den Zahn was an?

## Gründe für einen gut eingestellten Diabetiker

In Deutschland gibt es rund vier Millionen Diabetiker. Ein gut eingestellter Diabetes ist mehr als eingeschränkte Gesundheit, weniger als Krankheit zu verstehen. Lässt sich der Diabetes jedoch schwer einstellen, kann er einen negativen Einfluss auf Zähne und Zahnfleisch haben.

### Entzündungen des Zahnfleisches und des Zahnhalteapparates (Gingivitis und Parodontitis)

Bei schlechter Einstellung des Diabetes, besonders bei dauerhaft zu hohen Blutzuckerwerten, treten häufiger Durchblutungsstörungen und Infektionen auf. Das Risiko einer Zahnfleischentzündung erhöht sich. Die Folge: Die Zähne können locker werden und schließlich ausfallen oder sie müssen gezogen werden. Es entsteht ein Teufelskreis: Die Entzündung im Mund belastet den Stoffwechsel, wodurch wiederum der Blutzuckerspiegel ansteigt. Die Verschlechterung des Diabetes wiederum beschleunigt den Prozess der Parodontitis, also Entzündungen am Zahnhalteapparat. Damit es nicht so weit kommt, sollten Diabetiker ihren Zähnen besondere Aufmerksamkeit widmen, denn:

- ☹ Ungenügende Zahnpflege führt dazu, dass die Bakterien der Mundhöhle einen klebrigen Belag, die so genannte Plaque, an den Zähnen bilden.
- ☹ Die Stoffwechselprodukte, die von den Bakterien ausgeschieden werden, entzünden das Zahnfleisch. Es schwillt an, rötet sich stark, wird empfindlich und blutet. Oft werden dann die Zähne noch weniger gepflegt. Wenn sich die Zahnbeläge später zu Zahnstein verhärten, wird das Zahnfleisch zusätzlich gereizt, und die Zahnfleischentzündung weitet sich aus.

### Erhöhtes Kariesrisiko bei wenig Speichel

Auch die Speichelproduktion ist bei hohen Blutzuckerwerten durch den allgemeinen Flüssigkeitsmangel im Körper



*Diabetes bedeutet nicht automatisch, schlechte Zähne zu haben. Aber für eine optimale Zahngesundheit sind einige Dinge zu beachten.*

herabgesetzt. Im Speichel sind Mineral-salze enthalten, die kleinste Entkalkungen und Defekte des Zahnschmelzes wieder mineralisieren und reparieren.

Bei einer Mundtrockenheit kommt es schneller zu einer defekten Schmelz-

oberfläche, auf der Bakterien mit ihren produzierten Säuren eine Karies verursachen. Gleichzeitig können die durch die Nahrung aufgenommenen und durch die Verdauungsvorgänge entstehenden Säuren nicht mehr kurzfristig neutralisiert werden. Die überschüssige Säure greift den Schmelz an, es entsteht weitere Karies.

Deshalb unsere (Zahn-)Gesundheitstipps für Diabetiker:

- ☺ Sorgen Sie dauerhaft für gute Blutzuckerwerte!
- ☺ Die Zähne mindestens zweimal pro Tag nach dem Essen putzen, aber ...
- ☺ ... wenn die Gelegenheit zum Putzen fehlt, wenigstens zuckerfreien Kaugummi kauen.
- ☺ Zahnseide und weitere Hilfsmittel wie Munddusche, Interdentalbürstchen und Papillenstimulatoren verwenden.
- ☺ Einmal pro Woche fluoridhaltiges Gel (z. B. elmex) einsetzen.
- ☺ Nehmen Sie unbedingt regelmäßig Ihre Vorsorgetermine beim Zahnarzt wahr!
- ☺ Suchen Sie auch dann einen Zahnarzt auf, wenn in der Diabetestherapie Unregelmäßigkeiten auftreten, die sich nicht erklären lassen. Es kann sich um eine unerkannte Parodontitis handeln. ■



*Den richtigen Gebrauch von Zahnseide erklärt gern Ihr Hauszahnarzt oder das Praxispersonal.*

# Gründlich Putzen – vor allem mit der eigenen Bürste!

## Bei Infektionen können kurzzeitig Mundspüllösungen helfen

Eine Infektion (Ansteckung) bedeutet das Eindringen von Krankheitserregern (Bakterien, Viren, Pilze, Parasiten) in einen Organismus. Dies kann durch Berührung (Kontakt-Infektion), ausgeatmete oder ausgehustete Erreger (Tröpfchen-Infektion) beziehungsweise Verschmieren von Eiter oder Kot auf andere Körperteile (Schmier-Infektion) geschehen.

Zu Infektionskrankheiten, die sich auf den ganzen Körper auswirken, gehören typische Kinderkrankheiten wie zum Beispiel Masern, Windpocken, Mumps, Röteln, Dreitagefieber, Scharlach, Kinderlähmung, Diphtherie oder Keuchhusten. Der Begriff „Kinderkrankheiten“ täuscht, denn Erwachsene können sich ebenso mit diesen Erregern infizieren. Verbreitete Infektionskrankheiten sind des Weiteren Pilzinfektionen, Lebensmittelvergiftung, Grippe, Angina, Meningitis, Hepatitis, Tuberkulose.

Beim Vorliegen einer ansteckenden Krankheit sind neben einer sofortigen Therapie des Erkrankten auch alle nötigen Maßnahmen zur Verringerung der Übertragungsfahr vorzunehmen. An dieser Stelle muss die besondere Bedeutung des Impfschutzes zur Infektionsprävention hervorgehoben werden.

### Mögliche Zeichen eines Infektes im Mundraum

Infektionskrankheiten zeichnen sich durch besondere Symptome aus. Neben einem allgemeinen Krankheitsbild sind oftmals Auswirkungen auf die Mundgesundheit beobachtet worden:

Bei **Masern**, **Röteln** und **Scharlach** gehört eine Rötung der Mundschleimhaut häufig zu den Begleitsymptomen. Bei **Windpocken** kommt es öfter zu bläschenförmigen und schmerzhaften Veränderungen der Mundschleimhaut.

Bei einer Infektion mit dem **Mumpsvirus** ist eine Schwellung und Rötung am Ausgang der Ohrspeicheldrüse festzustellen, die nicht selten vom starken Schmerz beim Schlucken begleitet wird.



**Angina** beginnt schleichend mit einer Mandelentzündung. Auch hier können sich Schleimhautveränderungen bis in den Bereich des weichen Gaumens ausbreiten. Bei **Diphtherie** befallen die entzündlichen Prozesse ausschließlich die Rachengegend.

Im Fall von **Mundsoor** und **Aphthen** handelt es sich in erster Linie um eine lokale Erkrankung der Mundschleimhaut, die durch eine Pilzinfektion (Soor) oder Virusinfektion (Stomatitis aphthosa) ausgelöst wird. Beide Krankheiten gelten als die häufigsten infektiösen Erkrankungen der Mundhöhle.

### Tipps für die richtige Zahnpflege

Vernachlässigt man die Mundhygiene speziell zum Zeitpunkt einer Infektion, zieht das solche Folgen wie Karies, Zahnfleischentzündungen bzw. Entzündungen des Zahnhalteapparates nach sich. Es gelten grundsätzlich dieselben Empfehlungen zur Mundhygiene, die auch sonst einzuhalten sind. Das heißt systematisches und hinreichend langes Zähneputzen sowie sorgfältige Reinigung der Zahnzwischenräume mit geeigneten Hilfsmitteln

(Zahnseide, Interdentalbürsten).

Sollten diese Maßnahmen wegen bestehender Schmerzen der Mundschleimhaut oder des Zahnfleisches gar nicht oder nur eingeschränkt durchgeführt werden können, gibt es die Möglichkeit, sich zusätzlich vom Zahnarzt geeignete Mundspüllösungen empfehlen zu lassen. Dadurch wird die Keimzahl in der Mundhöhle reduziert. Wir empfehlen, für diese Zeit vorübergehend eine weiche Zahnbürste zu benutzen. Bei Infektionen der Zunge können - nach Rücksprache mit dem behandelnden Arzt oder Zahnarzt - Zungenschaber beziehungsweise spezielle Bürsten zur Reinigung der Zungenoberfläche eingesetzt werden.

### Noch ein Wort zur Zahnbürste

Es ist ganz wichtig, bei Infektionskrankheiten darauf zu achten, dass die Zahnbürste von niemand Anderem benutzt wird. Man sollte die Zahnbürste nach Abklingen der Krankheit vorzeitig erneuern, um eine Infektionsübertragung oder eventuelle Reinfektionen zu vermeiden. Normalerweise wechselt man die Zahnbürste alle acht bis zwölf Wochen. ■

# ... denn an jedem Zahn hängt immer noch ein Mensch!

Bis jetzt ging es in diesem ZahnRat insbesondere darum, was Schwangerschaft, Diabetes oder Infektionen bei den Zähnen und im Mundraum „anrichten“ können. Jedoch: Auch kranke Zähne kommen als Verursacher von allgemeinen Krankheiten in Frage.

So wurde in den vergangenen Jahren in zahlreichen Studien ein Zusammenhang zwischen einer vorhandenen Parodontitis (entzündetem Zahnhalteapparat) und dem Risiko eines Herzinfarktes nachgewiesen. Patienten mit einer Parodontitis legten unter anderem ein um 25 Prozent höheres Risiko für eine Herzkrankheit an den Tag. Dazu zählt zum Beispiel auch eine infektiöse Endokarditis, eine Herzinnenhautentzündung. Diese kann, wenn sie nicht frühzeitig erkannt und behandelt wird, zu lebensbedrohlichen Komplikationen wie der Zerstörung von Herzklappen führen.

## Ökosystem Mundhöhle ist sehr sensibel

Schuld an einer infektiösen Endokarditis sind Bakterien, zum Beispiel Streptokokken, die immer in der Mundhöhle vorkommen. Von Geburt an entwickelt sich hier ein regelrechtes Ökosystem aus einer Vielzahl von Bakterien. Solange das biologisch gewachsene, ausgewogene Gleichgewicht zwischen den Bakterien und den menschlichen Abwehrkräften herrscht, passiert überhaupt nichts.

Jedoch: Im Gebiss – ob nun vollbezahnt oder mit Zahnersatz versehen – gibt es jede Menge Nischen. Bei unzureichender Mundpflege können sich die Bakterien sehr gut und auch sehr schnell vermehren. Wenn nun die Summe der Bakterien einen bestimmten Schwellenwert übersteigt, können Krankheiten ausgelöst werden: zunächst Karies und parodontale Erkrankungen. Später aber auch allgemeine Erkrankungen wie die genannte Endokarditis durch das Einschwemmen von Bakterien ins Blut.



## Der Weg der Bakterien ins Blut

Sie erinnern sich? Beim Zähneputzen hat Ihr Zahnfleisch geblutet? Schon dadurch geraten die Bakterien ins Blut. Aber eine stabile Immunabwehr bekämpft erfolgreich die Eindringlinge. Anders sieht es aus bei einem zahnmedizinischen (oder medizinischen) Eingriff wie bei einer OP: Dann werden große Mengen von Bakterien in die Blutbahn geschwemmt. Arbeiten jetzt die Herzklappen nicht korrekt, nisten sich die Bakterien in kleinen Blutgerinnseln dort ein.

## Der beste Schutz: Vorsorge und sorgfältige Mundhygiene

Patienten mit einem erhöhten Risiko für eine Endokarditis müssen besonders sorgfältig auf ihre Mundhygiene achten. Das heißt: Mindestens zweimal täglich sind

die Zähne gründlich zu putzen und mittels Zahnseide oder Interdentalbürstchen die Zahnzwischenräume zu reinigen, um die Bakterienmenge zu vermindern.

**Tipp: Der saubere Zahn spiegelt das einfallende Licht auf seiner Oberfläche und glänzt! Stumpfe Flächen sollten nachgereinigt werden.**

Ihr Hauszahnarzt kann mit verschiedenen Mitteln sein Übriges tun, um bestimmte Reizfaktoren zu beseitigen, die zu vermehrten Belägen und damit zu einer hohen Zahl von Bakterien führen könnten. Möglich ist das Polieren von Füllungsflächen oder das Beseitigen eventueller Füllungsrän der. Kronenrän der oder Klammern bedürfen gegebenenfalls einer Korrektur. Auch eine vorbeugende Gabe von Antibiotika kann erforderlich sein. Regelmäßig sollte in der Zahnarztpraxis eine professionelle Zahnreinigung (PZR) durchgeführt werden. ■

# Patientenberatungsstellen



## Landes Zahnärztekammer Brandenburg

Parzellenstraße 94,  
03046 Cottbus  
Telefon: (03 55) 38 14 80  
Internet: [www.lzkb.de](http://www.lzkb.de)



## Zahnärztekammer Mecklenburg-Vorpommern

Wismarsche Str. 304,  
19055 Schwerin  
Telefon: (03 85) 59 10 80  
Internet: [www.zaekmv.de](http://www.zaekmv.de)



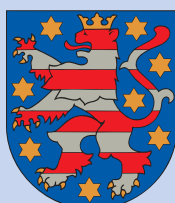
## Landes Zahnärztekammer Sachsen

Schützenhöhe 11,  
01099 Dresden  
Telefon: (03 51) 80 66-2 57/-2 56  
Internet: [www.zahnaerzte-in-sachsen.de](http://www.zahnaerzte-in-sachsen.de)



## Zahnärztekammer Sachsen-Anhalt

Große Diesdorfer Straße 162,  
39110 Magdeburg  
Telefon: (03 91) 73 93 90  
Internet: [www.zahnaerzte-sah.de](http://www.zahnaerzte-sah.de)



## Landes Zahnärztekammer Thüringen

Barbarosahof 16,  
99092 Erfurt  
Telefon: (03 61) 74 32-0  
Internet: [www.lzktth.de](http://www.lzktth.de)

## Impressum

## ZahnRat 46

### Herausgeber, März 2005

Landes Zahnärztekammer Brandenburg  
Zahnärztekammer Mecklenburg-Vorpommern  
Landes Zahnärztekammer Sachsen  
Zahnärztekammer Sachsen-Anhalt  
Landes Zahnärztekammer Thüringen

### Verlag

Satztechnik Meißen GmbH  
Am Sand 1c, 01665 Nieschütz bei Meißen  
Telefon (03 52 5) 7 18 60,  
Telefax 71 86 12  
E-Mail: [info@satztechnik-meissen.de](mailto:info@satztechnik-meissen.de)

### Verantwortlich für den Inhalt

Dr. Eberhard Steglich

### Redaktion

Jana Zadow; Textvorlagen von: Dipl.-Stom. Bettina Suchan, Dr. Yvonne Jonczyk, Oberstudienrätin Ute Springer, Dr. Thomas Herzog

### Abbildungen

Jana Zadow (3), proDente (3), Abbildungen aus: „Der etwas andere Kopf- und Gesichtsschmerz“, Schlütersche Verlagsgesellschaft Hannover, 2001 (2), MEV-Archiv (1), Archiv (1)

### Gesamtherstellung, Druck und Versand

Satztechnik Meißen GmbH  
Am Sand 1c, 01665 Nieschütz bei Meißen  
Die Patientenzeitschrift und alle in ihr enthaltenen einzelnen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt.

© Landes Zahnärztekammer Sachsen

### ISSN 1435-2508

Nachbestellungen der Patientenzeitung sind über den Verlag möglich.

Telefon: (03 52 5) 71 86 22, Fax (03 52 5) 71 86 10

E-Mail: [Sperling@satztechnik-meissen.de](mailto:Sperling@satztechnik-meissen.de)

### Versandkosten

| Menge        | Preis/<br>Bestellung | Versand | Gesamt  |
|--------------|----------------------|---------|---------|
| 10 Exemplare | 2,60 €               | 2,40 €  | 5,00 €  |
| 20 Exemplare | 5,20 €               | 2,80 €  | 8,00 €  |
| 30 Exemplare | 7,80 €               | 4,70 €  | 12,50 € |
| 40 Exemplare | 10,40 €              | 5,10 €  | 15,50 € |
| 50 Exemplare | 13,00 €              | 5,00 €  | 18,00 € |