Parodontose beginnt schleichend und wird oft nicht rechtzeitig erkannt ...

Wenn Zähne locker werden ...

Parodontose: Ursachen, Risiken und Behandlung

Warum Parodontose Ihre Gesundheit gefährdet und was Sie dagegen tun können

Die Parodontitis (umgangssprachlich meist als *Parodontose* bezeichnet) ist eine weit verbreitete Erkrankung des Zahnbetts. Sie führt unbehandelt langfristig zur Lockerung und schlimmstenfalls zum Verlust der betroffenen Zähne. Parodontose kann aber auch Auswirkungen auf die Gesundheit haben: Unter anderem erhöht sie das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall. Wird sie rechtzeitig erkannt und richtig behandelt, sind die Chancen für eine Heilung gut. Lesen Sie jetzt, was Sie und wir gegen Parodontose tun können.

Symptome

Bitte kreuzen Sie an:

- ☐ **Ist Ihr Zahnfleisch gerötet und geschwollen?**
- ☐ **Blutet es, wenn Sie die Zähne putzen oder in einen Apfel beißen?**
- ☐ **Leiden Sie an starkem Mundgeruch?**
- ☐ **Sind einzelne Zähne gelockert?**
- ☐ **Haben sich Lücken durch Zahnwanderungen gebildet?**
- ☐ **Haben Sie den Eindruck, dass Zähne „länger“ werden?**

Wenn Sie eine oder mehrere dieser Fragen mit Ja beantwortet haben, sollten Sie Ihre Zähne und Ihr Zahnfleisch vom Zahnarzt untersuchen lassen.

Die genannten Symptome weisen darauf hin, dass Sie eine Zahnfleischentzündung (*Gingivitis*) oder eine Entzündung des Zahnhalteapparates (*Parodontitis*) haben.

Diese Erkrankung kann unbehandelt und langfristig zum Verlust Ihrer Zähne und zu Gesundheitsschäden führen.

Wie Sie sich davor schützen können, erfahren Sie gleich. Jetzt geht es erst einmal darum, warum diese Krankheit entsteht und welche Folgen sie haben kann.

Ursachen

In den wenigsten Fällen sind genetische Faktoren (Vererbung) die Ursache. Die häufigsten Ursachen sind **bakterielle Beläge** auf Zähnen und Wurzeloberflächen (die sog. *Plaque* bzw. der *Biofilm*).

Sie können entstehen durch unzureichende Mundpflege und Schmutznischen an den Zähnen, die beim Putzen nicht erreicht werden. Solche Schmutznischen entstehen z.B. durch überstehende Füllungs- und Kronenränder.

Dass diese Bakterienbeläge bei manchen zur Parodontitis führen und bei anderen nicht, hat mehrere **Gründe**: Falsche Ernährung, Stress, Vitamin- und Mineralienmangel, Rauchen und Überlastungen einzelner Zähne begünstigen das Entstehen und Fortschreiten der Parodontitis.

Neuerdings setzt sich immer mehr die Erkenntnis durch, dass die Parodontitis Symptom für ein **geschwächtes Immunsystem** ist:

„Eine effektive präventive Zahnheilkunde muss daher neben der Etablierung hygienischer Mundverhältnisse und einer zahnschonenden Ernährung vor allem auf die Stärkung der natürlichen Körperabwehr abzielen.“ (Prof. Dr. Ulrich Schlagenhauf)

Quellenangaben zu den oben erwähnten Studien:

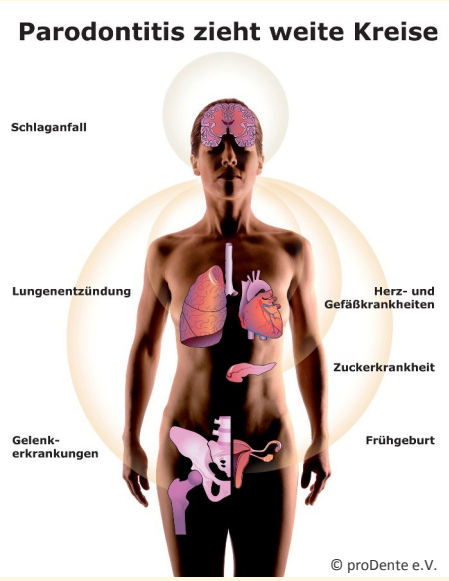
* (Schaefer AS, Richter GM, Groessner-Schreiber B, Noack B, Nothnagel M, et al. (2009) Identification of a Shared Genetic Susceptibility Locus for Coronary Heart Disease and Periodontitis. PLoS Genet 5(2): e1000378. doi: 10.1371/journal.pgen.1000378)

** C. Ancuta et al., University of Medicine and Pharmacy, IASI, Romania. Periodontal status in patients with rheumatoid arthritis; FRIO171 abstract.mci-group.com/cgi-bin/mc/printabs.pl=

*** Davenport ES, Williams CE, Sterne CS et al.: Maternal periodontal disease and preterm low birthweight: Case-control study. J Dent Res 81, 313 (1976)

Verlauf

Über 80 % der Erwachsenen sind von einer Erkrankung des Zahnhalteapparates betroffen. Dabei reicht die Skala von der einfachen Zahnfleischentzündung bis zur rasch fortschreitenden Zerstörung des Zahnhalteapparates. Zuerst löst sich das entzündete Zahnfleisch vom Zahn ab und es entstehen sog. **Zahnfleischtaschen**.



Mögliche gesundheitliche Folgen einer Parodontose

Auf der nächsten Seite erfahren Sie, wie eine Parodontitis behandelt wird und wie Sie selber am besten dieser Erkrankung vorbeugen können. Blättern Sie um und lesen Sie weiter!

Praxis für Umwelt-ZahnMedizin Sabine Thiemann
Meier-Helmbrecht-Str. 4, D-81377 München-Sendling
Tel. 089 - 741 600 88
Internet: **www.zahnarztpraxis-muenchen-sendling.de**

Informationen zum Thema „Parodontose“

Diese werden von Bakterien besiedelt, deren Ausscheidungsprodukte das den Zahn umgebende Gewebe und den Knochen zerstören. Die Zähne lockern sich und es tritt **Eiter** aus den Zahnfleischtaschen aus. Es entsteht starker **Mundgeruch**. Im schlimmsten Fall kommt es zum Verlust der Zähne.

Risiken und Folgen

Leider beschränken sich die Folgen einer Parodontitis nicht nur auf Mund und Zähne. Zahlreiche Untersuchungen belegen, dass an Parodontitis Erkrankte z.B. ein **höheres Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko** haben.

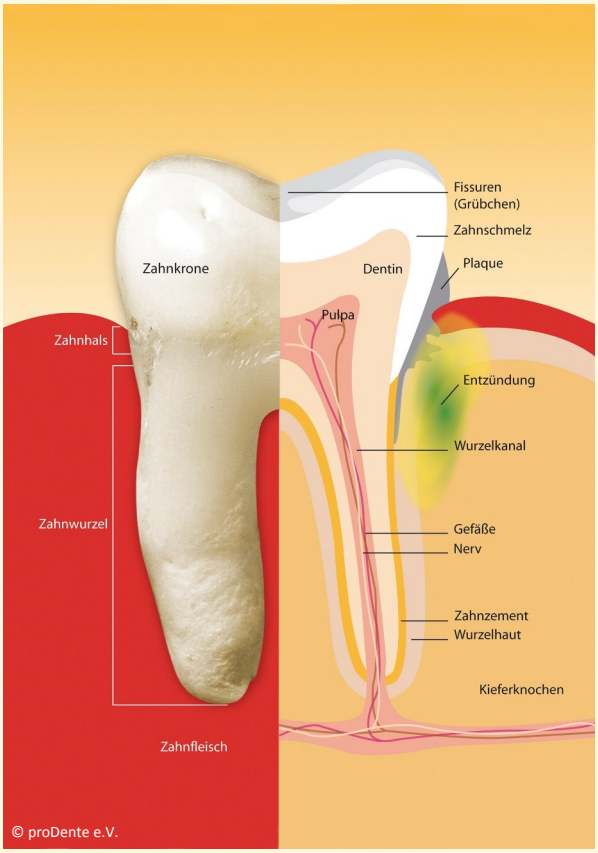
Welche weiteren Gesundheitsschäden auftreten können, entnehmen Sie bitte der Grafik „Parodontitis zieht weite Kreise“.

Parodontose-Behandlung

Sie gliedert sich in mehrere Schritte:

- ✓ **Diagnose**: Untersuchung der Zähne und des Zahnfleisches, Messung der Taschentiefen, Feststellung der Lockerungsgrade, Röntgenaufnahmen, evt. Bakterienbestimmung und genetische Risiko-Tests mittels Labor-Untersuchungen.
- ✓ **Vorbehandlung** durch Prophylaxe-Fachkräfte: Entfernung von Zahnstein und Belägen sowie Politur der Zähne und Füllungen (*Professionelle Zahnreinigung*), Motivation zur Mundhygiene und Üben der richtigen Zahnputztechnik. Tipps zur Mundpflege und zahngesunden Ernährung.
- ✓ **Behandlung** durch den Zahnarzt: Sorgfältige Reinigung und Glättung der Wurzeloberflächen, Beseitigung von überstehenden Füllungs- und Kronen-Rändern, ggf. chirurgische Maßnahmen zur Wiederherstellung des Knochens und des Zahnfleisches. Diese Behandlung erfolgt i.d.R. in mehreren Sitzungen und natürlich unter örtlicher Betäubung. In Einzelfällen kann der Einsatz von Antibiotika notwendig sein.
- ✓ **Nachbehandlung** und Kontrolle durch Zahnarzt und Prophylaxe-Fachkräfte: Nur durch regelmäßige Professionelle Zahnreinigungen kann ein Wiederaufflammen der Parodontitis verhindert werden.

Man weiß heute, dass ca. 30 % der Zahnoberflächen selbst bei guter häuslicher Zahnpflege nicht erreicht werden. An diesen Stellen sammeln sich wieder bakterielle Beläge an, die zu erneuten Entzündungen führen können.



Bakterien in Plaque und Zahnstein führen zu Entzündungen und Zahnfleisch-Taschen

Zahnfleischbluten als erstes Anzeichen von Parodontose wird oft unterschätzt.

Vorbeugung

Sie selbst können eine Menge tun, um Ihre Zähne und Ihr Zahnfleisch ein Leben lang gesund zu erhalten.

- ✓ Benutzen Sie die empfohlenen Mundpflegemittel und befolgen Sie unsere Ratschläge zur richtigen Mundhygiene.
- ✓ Lassen Sie Ihre Zähne regelmäßig kontrollieren und professionell reinigen.
- ✓ Stärken Sie Ihr Immunsystem durch eine gesunde Ernährung mit viel Obst und Gemüse, durch regelmäßigen Ausdauersport und eine positive Lebenseinstellung.
- ✓ Vermeiden Sie chronischen Stress.
- ✓ Hören Sie mit dem Rauchen auf.

In guten Händen

Wir verfügen in unserer Praxis über eine langjährige Erfahrung in der Parodontalbehandlung und bilden uns laufend auf diesem Gebiet fort.

Speziell geschulte Mitarbeiterinnen führen die Reinigung Ihrer Zähne durch und beraten Sie bei der Mundhygiene und Ernährung.

Durch regelmäßige Fortbildungen von Zahnarzt und Prophylaxe-Fachkräften ist eine Behandlung nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen gewährleistet.

Nutzen Sie diese Erfahrung und Kompetenz für die Gesundheit Ihrer Zähne und für Ihr Wohlbefinden!

Haben Sie noch Fragen?

Falls Sie noch mehr wissen oder eine persönliche Beratung wollen: Wir sind gerne für Sie da!

Vereinbaren Sie jetzt Ihren persönlichen Beratungstermin. Wählen Sie

Tel. 089 - 741 600 88

Wir freuen uns auf Sie!

Mehr Informationen auf unserer Praxis-Website: www.zahnarztpraxis-muenchen-sendling.de

Praxis für Umwelt-ZahnMedizin Sabine Thiemann
Meier-Helmbrecht-Str. 4, D-81377 München-Sendling
Tel. 089 - 741 600 88
Internet: **www.zahnarztpraxis-muenchen-sendling.de**