



Wie kann ich Zahnfleischerkrankungen vorbeugen? Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?

# PARODONTITIS

DAS ORIGINAL



ZENTRUM FÜR  
ZAHNÄSTHETIK



## Gesundes Zahnfleisch – Fundament für schöne Zähne

Die Basis für schöne und gesunde Zähne ist gesundes Zahnfleisch. Die „Rosa Ästhetik“ und ein gesunder Kieferknochen sind unverzichtbare Voraussetzungen für die Mundgesundheit als auch die Gesundheit des gesamten Körpers.

Wissenschaftliche Studien belegen, dass entzündetes Zahnfleisch (Gingivitis) bzw. Entzündungen des Zahnbettes (Parodontitis) für den gesamten Organismus schädlich sein können. Zum Beispiel wirkt sich eine Zahnfleischentzündung negativ auf vorhandene Diabetes aus, und umgekehrt. Bei Parodontitis besteht außerdem erhöhtes Herzinfarkttrisiko.

Je früher eine Erkrankung des Zahnfleischs bzw. Zahnhalteapparates diagnostiziert wird, desto geringer die Folgen. Eine frühzeitig erkannte Gingivitis bzw. Parodontitis kann schnell behandelt und ausgeheilt werden. Je länger die Krankheit unbehandelt bleibt, desto schwerer sind die Folgen.

Die beste Behandlung ist jedoch die, die vorbeugt. In dieser Broschüre erfahren Sie, was Parodontitis eigentlich ist, welche Möglichkeiten der Prävention und der Behandlung es gibt.

### Inhalt

- 1 **Parodontitis - die unbekannte Volkskrankheit**
- 2 **Verlauf einer Parodontitis**
- 3 **Wie lässt sich Parodontitis vorbeugen?**
- 5 **Behandlungstherapien**

## Parodontitis – die unbekannteste Volkskrankheit

Rund 80 Prozent aller Erwachsenen leiden unter ernsthaften Zahnfleischentzündungen. Gerötetes und geschwollenes Zahnfleisch ist der erste Hinweis auf eine Entzündung des Zahnfleischs. Ausgelöst wird diese Entzündung durch Bakterien, die sich im Zahnbelag, die Plaque, ansiedeln und vermehren. Wird diese so genannte „Gingivitis“ nicht fachgerecht behandelt, droht Schlimmeres: Parodontitis ist neben Karies der häufigste Grund für den Verlust der eigenen Zähne.

### Was ist Parodontitis?

Parodontitis beschreibt den entzündlichen Prozess, der den Zahnhalteapparat (Parodont) zerstört. Häufig ist eine unbehandelte Gingivitis die Ursache für Parodontitis, im Volksmund auch „Parodontose“ genannt. Wird Zahnbelag, die Plaque, nicht entfernt, so schreitet die Entzündung fort, und der Zahnfleischsaum löst sich vom Zahn. Der Weg ist frei für die Bakterien: Diese können sich nun in Richtung Zahnwurzel weiter ausbreiten. Im Laufe der Erkrankung verfestigen sich die Beläge zu Zahnstein. Das Zahnfleisch schmerzt, schwillt an und zieht sich zurück. Das Zahnfleisch riecht bisweilen unangenehm und blutet leicht. Es bilden sich so genannte „Zahnfleischtaschen“, in denen sich die Bakterien vermehrt ansiedeln. Dort kommt auch die Zahnbürste nicht mehr hin. Bleibt die Krankheit unbehandelt, so wird das Gewebe und der Knochen rund um den Zahn

zerstört. Die Zähne haben schließlich keinen Halt mehr und fallen aus.

### Krank durch krankes Zahnfleisch

Das Risiko einer Parodontitis beschränkt sich nicht nur auf den Verlust der Zähne, der als solcher schon schlimm genug ist. Studien bringen es an den Tag: Parodontitis-Bakterien können über die Blutbahnen in den Kreislauf gelangen und dort schwere Schäden verursachen: Das Schlaganfall- und Herzinfarktrisiko ist für Menschen mit Zahnfleischerkrankungen deutlich erhöht. Die Wissenschaft vertritt die Auffassung, Zahnfleischentzündungen leiste der Typ-II-Diabetes Vorschub. Besonders gefährdet sind auch Patienten mit künstlichen Herzklappen oder Gelenken: Auf den Oberflächen dieser Implantate siedeln sich die Bakterien bevorzugt an und können dort folgenschwere Entzündungen verursachen.

Parodontitis



## Verlauf einer Parodontitis

Was mit einem leichten Zahnfleischbluten beginnt, kann mit dem Verlust der Zähne enden, wenn keine Behandlung erfolgt. Das Tückische an der Krankheit: Es treten fast nie Schmerzen auf. Deshalb sollte man genau hinsehen, wenn die ersten Anzeichen auftreten.

### Vorboten

Gesundes Zahnfleisch zeichnet sich durch eine hellrosa Farbe und ein gleichmäßiges Wellenprofil aus. Es umschließt den Zahn fest von allen Seiten und ist relativ unempfindlich. Reagiert das Zahnfleisch bei Berührungen mit Zahnfleischbluten, ist es geschwollen oder weist es eine unnatürlich dunkle Farbe auf? All dies sind die Vorboten einer Parodontitis. Der entzündliche Prozess hat zur Folge, dass sich das Zahnfleisch nach und nach zurückzieht: Die Zähne erscheinen länger. Nun können die Bakterien noch tiefer eindringen, und die Entzündung greift auf den Kieferknochen über. Massiver Zahnstein, der tief in die Zahnfleischtaschen hineinragt, freiliegende Zahnhälse und schmerzende Zähne treten im fortgeschrittenen Stadium der Krankheit auf. Bleibt die Parodontitis immer noch unbehandelt, beginnen die Zähne schon bald auszufallen.

### Mundgeruch

Mundgeruch, in der Fachsprache als Halitosis bezeichnet, ist oftmals

ebenso ein Zeichen für Parodontitis. Es gibt aber auch andere Ursachen für schlechten Atem: Zungenbelag, mangelnde Mundhygiene und/oder ungepflegter herausnehmbarer Zahnersatz. Entgegen der weit verbreiteten Meinung entsteht Mundgeruch in bis zu 90 % der Fälle direkt in der Mundhöhle. Eine exakte Diagnose, zum Beispiel mit einem elektronischen Messgerät, und eine anschließende effektive Behandlung bringt in den meisten Fällen den gewünschten Behandlungserfolg.

### Ursachen

Zahnbelag ist die Hauptursache einer Parodontitis. Aber auch unpassender Zahnersatz, Herpes und Pilzerkrankungen, die das Immunsystem schwächen, können verantwortlich sein. Diabetes kann die Neigung zur Zahnfleischartzündung ebenfalls forcieren. Besonders negativen Einfluss auf die Gesundheit des Parodonts hat das Rauchen: Der giftige blaue Dunst sorgt für eine schlechte Durchblutung und hemmt die Abwehrkraft des Zahnfleischs.

# Prophylaxe

## Wie lässt sich Parodontitis vorbeugen?

Ganz am Anfang einer Parodontitis-Erkrankung stehen nicht entfernte Zahnbeläge. Eine konsequente und gründliche Mundhygiene ist daher die effektivste Präventionsmaßnahme. Doch dazu gehört nicht nur das tägliche Zähnereinigen. Lesen Sie hier, welche Möglichkeiten Sie haben, etwas für Ihre Zahn- und Mundgesundheit zu tun.

### Zähne reinigen

Die regelmäßige Reinigung der Zähne ist elementar wichtig für die Gesunderhaltung der Zähne und des Zahnfleischs. Dabei gibt es einige wichtige Dinge zu beachten:

- Reinigen Sie mindestens zweimal täglich die Zähne. Herausnehmbarer Zahnersatz muss täglich gründlich gereinigt werden, besonders zwischen Zahnfleisch und Zähnen.
- Haben Sie stark säurehaltige Nahrungsmittel oder Getränke zu sich genommen, warten Sie zirka 30 Minuten. Die Säure „weicht“ den Zahnschmelz für kurze Zeit auf, so dass die Zahnbürste eventuell Schaden anrichten könnte.
- Üben Sie nicht zuviel Druck aus und bürsten Sie immer von rot nach weiß, also vom Zahnfleisch in Richtung Zähne, nicht horizontal „schrubben“.
- Achten Sie darauf, dass Sie wirklich jeden Zahn reinigen.
- Wählen Sie eine Zahnbürste mit weichen Borsten und einem kleinen Bürstenkopf. Dieser hilft die Zähne besser zu erreichen.
- Wählen Sie eine Zahncreme mit Flouriden. Flouride stärken den Zahnschmelz und machen ihn gegen Karies unanfälliger.
- Reinigen Sie auch die Zahnzwischenräume, zum Beispiel mit Zahnseide oder einer Interdentalzahnbürste.



Prophylaxe



## Professionelle Zahnreinigung

Die professionelle Zahnreinigung wird beim Zahnarzt durchgeführt und sollte etwa zweimal im Jahr in Anspruch genommen werden. Bei der professionellen Zahnreinigung werden Zahnstein, Plaque und Bakterien mechanisch entfernt. Mit Air-Flow-Geräten werden die Beläge schonend und gründlich beseitigt. Ultraschall-Geräte lösen Zahnstein vom Zahn ab und wirken zudem antibakteriell. Anschließend erhalten die Zähne eine Politur. Auf die gereinigten Zähne wird daraufhin ein fluoridhaltiger Lack aufgetragen. Die Fluoride helfen, den Zahnschmelz zu festigen und diesen unanfälliger gegen Karieserkrankungen zu machen. In leichten Fällen können diese Schritte für eine Ausheilung einer Gingivitis bzw. Parodontitis bewirken. Ein weiterer positiver Effekt der professionellen Zahnreinigung: Oberflächliche Verfärbungen werden gemindert oder verschwinden.

## Gesund ernähren, gesund leben

Achten Sie auf eine ausgewogene, gesunde Ernährung. Meiden Sie möglichst gesüßte Getränke sowie süße Zwischenmahlzeiten. Auch das Rauchen kann sich negativ auf Ihre Mundgesundheit und Gesundheit des Zahnfleisches auswirken: Der Tabakkonsum schwächt das Immunsystem und hemmt die Durchblutung und Sauerstoffversorgung des Zahnfleisches. Nikotin hat außerdem negativen Einfluss auf die natürliche Wundheilung und erhöht das Mundkrebsrisiko erheblich. Sorgen Sie für regelmäßige und ausreichende Bewegung im Freien. Das stärkt das Immunsystem und trägt auch zum allgemeinen Wohlbefinden bei.

## Behandlungstherapien

Die Behandlungsmöglichkeiten bzw. -therapien richten sich danach, wie weit fortgeschritten die Krankheit ist. In den meisten Fällen ist eine Parodontitis gut heilbar. Voraussetzung dafür ist die Mitarbeit des Patienten in Bezug auf regelmäßige, häusliche Mundhygiene. Eine gründliche Diagnose geht der Therapie voraus.

### Befund

Zunächst misst der Zahnarzt mit einer Sonde rings um den Zahn die sogenannte Taschentiefe. Gleichzeitig kann er erkennen, ob das Zahnfleisch bei der Untersuchung mit Zahnfleischbluten reagiert. Auf diese Weise wird festgestellt, wie weit die Erkrankung fortgeschritten ist. Röntgenbilder geben weiteren Aufschluss über das Parodont.

### Bakterientest

Anhand eines Bakterientests kann die Erregerflora identifiziert werden. Eine Keimreduzierung, auch an den unzugänglichen Stellen, wird durch den Einsatz von speziellen Antibiotika ermöglicht. Sterile Papierspitzen werden in die besonders tiefen Zahnfleischtaschen eingeführt, und es wird eine Probe entnommen. Ein mikrobiologisches Speziallabor analysiert die Proben und ermittelt ein Behandlungskonzept zur gezielten Bekämpfung der Bakterien. Darüber hinaus gibt ein so genannter Plaqueindex Aufschluss darüber, wie stark die individuelle Neigung zur Plaquebildung beim Patienten ist.

### Gezielte Therapie mit Medikamenten

Nachdem die Bakterienflora im Labor identifiziert wurde, erhält der Patient eine exakt auf diese Diagnose abgestimmte Medikamenten-Therapie. In Form von Antibiotika werden die Infektionskeime schnell und effektiv ausgeschaltet.

### Aufbau von Kieferknochen

Zum Teil ist die Parodontitis so weit fortgeschritten, dass sich der Kieferknochen zurückgebildet hat und Zähne bereits ausgefallen sind. Hier besteht die Möglichkeit eines Knochenaufbaus. Verschiedene Therapien können zum gewünschten Erfolg führen, zum Beispiel die Anwendung von Granulat und Knochenmineral. Fehlende Zähne können dann sogar durch Implantate ersetzt und somit der feste Biss wiederhergestellt werden.



Wir hoffen, dass wir Ihnen mit dieser Informationsbroschüre einige wertvolle Tipps und Hinweise geben konnten. Bitte beachten Sie jedoch, dass dies keine ärztliche Diagnose und Behandlung ersetzt.

Haben Sie weitere Fragen? Wir freuen uns auf Ihren Anruf:

Fachkliniken für Zahnheilkunde und Implantologie  
Zentren für Zahnästhetik  
Tel. + 49 (0) 49 52 / 95 15 40  
Fax + 49 (0) 49 52 / 95 15 23  
[www.zfz.de](http://www.zfz.de) • [info@zfz.de](mailto:info@zfz.de)

© 2008 Fachkliniken für Zahnheilkunde und Implantologie  
Auszüge, Kopien oder Vervielfältigungen nur nach schriftlicher Genehmigung der Fachkliniken für Zahnheilkunde und Implantologie

Irrtümer vorbehalten.

**Ostrhauderfehn • Wiesbaden • Hamburg • Düsseldorf • Stuttgart  
München • Zeist (bei Amsterdam) • Zürich (CH)**