



So wichtig ist die Zahnkontrolle

Etwa drei Viertel aller Menschen mit Diabetes leiden an **Entzündungen im Mundraum**.

Die Stoffwechselerkrankung fördert den Rückgang von Zahnfleisch und den Abbau von Knochen. Was Früherkennung leisten kann, erklärt Parodontologe Prof. Søren Jepsen



Die parodontale Behandlung kann bei Diabetes zu einer verbesserten Blutzuckerkontrolle beitragen

Prof. Dr. med. Dr. med. dent.
Søren Jepsen

hat fast 25 Jahre als Direktor die Poliklinik für Parodontologie, Zahnerhaltung und Präventive Zahnheilkunde im Zentrum für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde am Universitätsklinikum Bonn geleitet. Er ist international anerkannter Experte für Parodontologie, war Präsident der Europäischen Fachgesellschaft und ist Mitglied der Nationalen Akademie der Wissenschaften Leopoldina

❓ Wie hängen Diabetes und Parodontitis zusammen?

Beide sind sehr häufige Volkskrankheiten, die oft lange Zeit unerkannt bleiben und unbehandelt zu einer deutlich eingeschränkten Lebensqualität und hohen Folgekosten führen. In Deutschland geht man aktuell von etwa 14 Millionen Menschen mit fortgeschrittener Parodontitis aus. Fatalerweise beeinflussen sich beide Erkrankungen gegenseitig sehr ungünstig. So ist ein schlecht eingestellter Diabetes mit einem gesteigerten Parodontitis-Risiko und erhöhter Schwere der Erkrankung verbunden. Patienten mit fortgeschrittener Parodontitis weisen ein größeres Risiko auf, an Prädiabetes und Diabetes zu erkranken. Darüber hinaus scheint es bei Menschen, die an beiden Krankheiten leiden, einen direkten Zusammenhang zwischen der Schwere der Parodontitis und dem Auftreten von gefährlichen Diabetes-Komplikationen zu geben.

❓ Gibt es auch eine positive Verbindung?

Bei Patientinnen und Patienten mit Diabetes und Parodontitis kann die parodontale Behandlung zu einer verbesserten Blutzuckerkontrolle beitragen. Eine gute Einstellung des Blutzuckerspiegels wiederum unterstützt die parodontalen Behandlungsergebnisse. Erstmals gibt es dazu die gemeinsame Leitlinie „Diabetes und Parodontitis“ der parodontologischen und diabetologischen Fachgesellschaft. Darin finden Betroffene sowie das ärztliche und zahnärztliche Team Empfehlungen.

❓ Wann besteht Handlungsbedarf?

Patienten können an Parodontitis erkrankt sein, wenn sie folgende Anzeichen bemerken: rotes, blutendes oder geschwollenes Zahnfleisch, Eiter aus dem Zahnfleisch, schlechter Geschmack, Mundgeruch, länger erscheinende Zähne, Zahnlockerungen, Zahnstellungsveränderungen. Wird eines dieser Zeichen erkannt, sollte man so bald wie möglich einen Zahnarzt aufsuchen. Dieser kann in wenigen Minuten feststellen, ob eine Parodontitis vorliegt. Wichtig zu wissen: Auch ohne diese offensichtlichen Symptome kann die Erkrankung vorhanden sein und voranschreiten.

❓ Was für Folgen hat es, wenn eine Parodontitis unbehandelt bleibt?

Unbehandelt führt eine fortgeschrittene Parodontitis zunächst zum Verlust von einigen und letztendlich vieler Zähne. Dies hat zunehmende Einschränkungen in der Kaufunktion, der Sprache, aber auch im Aussehen der Betroffenen zur Folge. Bleibt die Parodontitis unbehandelt, ist die Prognose für jede Form von Zahnersatz deutlich eingeschränkt. Die verminderte Kaufunktion beeinträchtigt die Aufnahme gesunder Nahrung, was negative Auswirkungen auf die Gesamtgesundheit hat.

❓ Welche Möglichkeiten der Therapie gibt es?

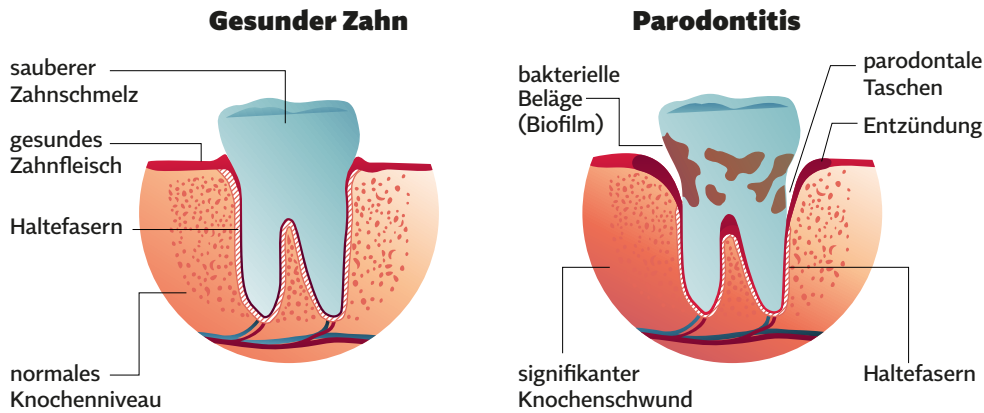
Eine Parodontitis kann sehr gut behandelt werden, insbesondere wenn sie frühzeitig diagnostiziert wird. Zunächst werden die Patientinnen und Patienten über die Krankheit und

Entstehung einer Parodontitis

Schlechte Mundhygiene führt zu bakteriellen Belägen, die Zahnfleischentzündungen verursachen. Bestehen diese dauerhaft, werden die Haltefasern und der Kieferknochen angegriffen, dadurch können sich Zähne lockern

Wechselwirkung

Parodontitis ist eine chronische Erkrankung. Dabei wird der Zahnhalteapparat aufgrund von Entzündungsreaktionen zerstört. Parodontitis wird durch einen bakteriellen Biofilm oberhalb und unterhalb des Zahnfleisches ausgelöst. Patientinnen und Patienten mit Parodontitis haben ein höheres Risiko, einen Typ-2-Diabetes zu entwickeln. Die Stoffwechselerkrankung wiederum fördert das Auftreten von Parodontitis.



ihre Risiken aufgeklärt. Dann wird eine Schulung zur Optimierung der häuslichen Mundhygienemaßnahmen (siehe unten) durchgeführt. Daran schließt sich die schonende Entfernung der bakteriellen Beläge, des sogenannten Biofilms, auf den Zähnen an. Dies erfolgt insbesondere in den „parodontalen Taschen“, die der Patient selbst nicht reinigen

kann. In fortgeschrittenen Fällen kann ein zahnfleischchirurgischer Eingriff unter örtlicher Betäubung erfolgen. Diese Maßnahmen führen zu einem deutlichen Rückgang der Entzündung. Um den Zustand dauerhaft zu stabilisieren, ist eine regelmäßige unterstützende parodontale Betreuung durch das zahnärztliche Team wichtig.

Das Gebiss optimal schützen

Menschen mit Diabetes zählen zur Hochrisikogruppe für Parodontitis. Mit richtiger Zahnpflege kann jeder zu Prävention und erfolgreicher Behandlung beitragen



Zweimal täglich Zähne putzen

Am besten mit einer Fluorid-Zahnpasta je mindestens zwei Minuten putzen. Vorteil elektrischer Modelle: Sie signalisieren zu hohen Druck. Bürste spätestens nach drei Monaten wechseln.



Zahnzwischenräume täglich reinigen

Bei größeren Lücken und entzündetem

Zahnfleisch Interdentaltbürsten nutzen. Für Engstellen ist Zahnseide die beste Lösung.



Mundspülung richtig anwenden

Obwohl das enthaltene Chlorhexidin entzündetes Zahnfleisch beruhigt, sollten medizinische Mundspüllösungen aus der Apotheke nur kurzzeitig und nach Absprache mit dem Zahnarzt verwendet werden.



Professionelle Zahnreinigung wahrnehmen

Dabei werden sämtliche Zahnflächen von harten sowie weichen bakteriellen Belägen zuverlässig befreit. Die Häufigkeit ist individuell (zwischen drei und zwölf Monaten).



Regelmäßig zur Kontrolle gehen

Als Teil des Diabetes-Managements die Zähne mindestens

einmal jährlich zahnärztlich untersuchen lassen. Dies ist auch im Gesundheits-Pass Diabetes verankert.



Gesunden Lebensstil pflegen

Normales Körpergewicht, eine gesunde Ernährung und Rauchverzicht beugen Parodontitis vor. Auch eine ausreichende zuckerfreie Flüssigkeitszufuhr unterstützt die Zahngesundheit.

Die Stiftung DHG

Diese Interviewserie mit hochrangigen Experten entsteht in Kooperation mit der gemeinnützigen Stiftung DHG (Diabetes | Herz | Gefäße). Die Stiftung trägt zum Krankheitsverständnis bei, klärt Menschen über das Risiko für Herz- und Gefäßkomplikationen auf und fördert den Dialog zwischen behandelnden Ärzten über Fachgrenzen hinweg. Ihr Ziel ist es auch, Forschung voranzubringen und die Versorgung zu verbessern.

➔ stiftung-dhg.de

