

Fiese Übertragung

Spielverderber: Bekommt man durch Küssen Karies?

So gut wie jeder hat schon einmal die teils schmerzhaft Bekanntschaft mit Karies machen müssen. Hier erfahren Sie, ob man Karies vom Küssen bekommt, wie man sich dagegen schützt und welche Behandlung nötig ist.

Datum: 19.05.2017



Kann man sich beim Küssen mit Karies anstecken?

Laut Experten leidet ganz Deutschland unter Karies. 98 Prozent der Erwachsenen hierzulande sollen betroffen sein. Bei der infektiösen Zahnerkrankung handelt es sich um eine Zivilisationserkrankung, die zum größten Teil auf eine ungesunde, zuckerhaltige Ernährung und eine darauffolgende mangelnde Mundpflege zurückzuführen ist. Bei Völkern wie beispielsweise den Eskimos ist die Krankheit auf Grund der komplett unterschiedlichen Ernährung nahezu unbekannt. Der Zahnarzt und Implantologe Dr. Jochen H. Schmidt des [Kölner Carree Dental](#) erklärt, was Karies eigentlich ist, wie Sie ihn erkennen und was Sie dagegen tun können.

Was ist Karies und wie entsteht er?

Schuld sind Bakterien in der Mundhöhle, denn diese nehmen den Zucker auf, den wir essen und machen daraus schädigende Säure. Die sorgt dann für Zahnkaries und Löcher in den Zähnen. Bei Kindern sind meistens die Milchzähne betroffen, bei Erwachsenen wiederum die Zahnzwischenräume. Grund hierfür ist häufig eine mangelnde [Zahnpflege](#). Da es sich bei der Ursache um Bakterien handelt, ist Karies ansteckend und kann beispielsweise beim Küssen oder Teilen eines Löffels übertragen werden. Eltern sollten daher niemals den Schnuller oder Breilöffel ihres Kindes in den Mund nehmen, auch wenn die Keimübertragung zwischen Eltern und Kindern nur selten zu vermeiden ist.

Wie erkennt man Karies?

Erste Anzeichen für einen Kariesbefall sind Verfärbungen auf den Zähnen. Sehen Sie weiße und braune Flecken auf dem Zahnschmelz, könnte es sich dabei um Karies handeln. Auch kälte- oder wärme-empfindliche Zähne können ein Hinweis auf die Zahnerkrankung sein. Im fortgeschrittenen Stadium folgen dann die berüchtigten Karieslöcher und bei Nicht-Behandlung kann es zu schweren Entzündungen und im schlimmsten Fall zum Zahnverlust kommen. Eine gründliche Pflege und die regelmäßige Kontrolle durch den Zahnarzt sind daher ein Muss.

Das kann man zur Vorsorge tun

Schöne und gesunde Zähne gibt es nur, wenn man auf eine gründliche Zahnhygiene und die richtige Putztechnik achtet. Neben flouridhaltigen Zahnpasten, empfehlen Zahnärzte auch den täglichen Einsatz von [Zahnseide](#), um die Zahnzwischenräume, in denen sich häufig Karies bildet, zu reinigen. Auch die Ernährung spielt bei der Vorsorge eine wichtige Rolle. So sollte man seltener zu Süßigkeiten und ungesunden Snacks greifen und sich stattdessen an Obst und Gemüse bedienen. Isst man beispielsweise Äpfel oder Pumpnickel, regt das kräftige Kauen die Speichelproduktion an, die wiederum dafür sorgt, dass weniger Beläge entstehen und Bakterien beseitigt werden.

Karies kann nur der Zahnarzt entfernen

Kommt es doch zur Kariesbildung hilft nur ein Besuch beim Zahnarzt. Dieser kann je nach Krankheitsstadium den Karies durch das Bohren von Löchern oder ein Kunststoff-Gel beseitigen. Das Kunststoff-Gel hilft aber nur bei Erkrankungen im Anfangsstadium. Ist der Karies weiter vorangeschritten, muss der Arzt bohren. Entfernt wird ein Zahn nur in den seltensten Fällen. Und zwar erst dann, wenn die Entzündung schon so weit voran geschritten ist, dass sie den Zahn wesentlich zerstört hat und eine Wurzelbehandlung nicht mehr möglich ist.

von [Sabine Stanek](#)

Lifestyle, Sport und Technik – auf eVivam berichte ich euch von neuen Trends und Gadgets, die unser Leben noch spannender machen.