

WAS DER MUND ÜBER DIE GESUNDHEIT VERRÄT

Schlechte Zähne? Vielleicht liegt es am Magen!



image supplied by Getty

Zahngesundheit hört nicht im Mundraum auf. Auch andere Körperregionen sind mit den Zähnen verbunden

Im Schnitt hat jeder Mensch 32 Zähne. Neben ihrer Funktion als Nahrungszerkleinerer sind sie auch Spiegelbild unserer Gesundheit. In BILD erklärt Zahnarzt Dr. Jochen H. Schmidt, was Verfärbungen, Zahnabbruch und nächtliches Knirschen über den Zustand unseres Körpers verraten.

Zähneknirschen

Stress kann Burnout und Herzinfarkte verursachen, aber auch flache abgeriebene Zähne können auf erhebliche psychische Anspannungen hinweisen. Und das ist die Hauptursache für Bruxismus, die medizinische Bezeichnung für Zähneknirschen. Nicht von ungefähr heißt es bei unangenehmen Aufgaben oder Situationen: Wir knirschen mit den Zähnen oder wir beißen die Zähne zusammen.

„Neben beruflichem oder privaten Kummer führen auch schlecht sitzende Kronen, Füllungen oder Prothesen dazu, dass wir nachts mit den Zähnen mahlen und diese dadurch sichtbar schädigen. Weitere mögliche Auslöser sind unter anderem schiefe Zähne, Alkohol, Drogen und bestimmte Medikamente“, erläutert Dr. Jochen H. Schmidt, leitender Zahnarzt und Implantologe des Carree Dental in Köln.

Was hilft?

Individuell angefertigte Kunststoffschienen, die während des Schlafs getragen werden. „Diese verhindern zwar nicht das weitere Knirschen der Zähne, aber sie entlasten die Kiefergelenke und entspannen die Kau- und Kopfmuskulatur“, so der Experte.

Ist Stress die Ursache, löst sich das Problem meist von selbst, wenn die Anspannungsphase nachlässt. Helfen können auch Entspannungsübungen oder ggf. eine Psychotherapie.

Bröckelnde Kinderzähne

Hinter bröckelnden Kinderzähnen steckt in vielen Fällen eine bislang kaum bekannte, aber folgenschwere Mineralisationsstörung. Weitere typische Symptome einer Molaren-Inzisiven-Hypomineralisation (MIH) sind gelblich-weiße bis braune Verfärbungen der ersten bleibenden Backen- (Molaren) und Schneidezähne (Inzisiven) im Ober- und Unterkiefer.

Die Ursachen der Mineralisationsstörung sind noch nicht genau geklärt.

Mögliche Auslöser sind eine Schädigung vor der Geburt oder in den ersten Lebensjahren sowie Infektionskrankheiten wie Masern oder Mumps. Mit Dioxin- oder polychloriertes Biphenyl (PCB) belastete Muttermilch, Antibiotika während und nach der Geburt und Folsäuremangel während der Schwangerschaft gelten als wesentliche Risikofaktoren. Die Ursachen der Mineralisationsstörung sind noch nicht genau geklärt. Das Problem ist die frühzeitige Diagnose. Denn „sichtbar werden diese ‚Schönheitsfehler‘ erst mit Durchbruch der ersten („richtigen“) Zähne, also im Laufe des sechsten Lebensjahres“, erläutert Dr. Schmidt.

Was hilft?

Schnelles Handeln ist das oberste Gebot: Ist die Oberfläche des Zahns noch intakt, genügt es oft, lokal Fluorid aufzutragen. Dadurch werden die Sensibilität der Zähne und das Kariesrisiko reduziert. Wurden bereits Teile des Zahns zerstört, müssen diese vollständig entfernt und saniert werden, um die Restsubstanz zu schützen. In manchen Fällen kommt nur eine Überkronung in Frage oder, schlimmstenfalls, das Ziehen des betroffenen Zahnes.

Brüchige Zähne bei Erwachsenen

Bröckelnde, Brüchige Zähne deuten bei Erwachsenen hingegen oft auf die Refluxkrankheit hin. Bei dieser Störung des Verdauungstraktes fließt saurer

Mageninhalt zurück in die Speiseröhre. Die Säure schädigt Zähne und Zahnschmelz. Typische Symptome sind Aufstoßen, Sodbrennen und Schluckbeschwerden.

Was hilft?

Meist hilft eine medikamentöse Behandlung des Reflux.

Gelbliche oder gelbgraue Zähne

Gelbliche oder gelbgraue Zähne sowie starke Zahnabnutzungen sind in den meisten Fällen Alterserscheinungen. Mit fortschreitendem Alter kommt es vermehrt zu Schmelzrissen sowie keilförmigen Defekten, die durch eine falsche Putztechnik entstehen.

Was hilft?

In jedem Alter ist eine gründliche Mundhygiene wichtig. „Vor allem bei einem hohen Wurzelkariesrisiko empfiehlt sich der Einsatz fluoridhaltiger Zahnpasten und elektrischer Zahnbürsten“, so Dr. Schmidt. Hilfreich sind zudem spezielle Putztechniken, die auch bei eingeschränkten manuellen Fähigkeiten im Alter eine gründliche Reinigung möglich machen. Professionelle Zahnreinigungen und generelle Vorsorge-Untersuchungen sollten regelmäßig stattfinden. Dabei sollten Kronen, Prothesen und anderer Zahnersatz auf Mängel untersucht und gegebenenfalls erneuert werden, um größere Folgeschäden wie beispielsweise Knochen- und Weichteilentzündungen zu vermeiden.

Raue Zähne

Raue Zähne deuten auf Karies hin. Dringt diese bis in die Pulpa, das Zahnmark, vor, entstehen Entzündungen. Heftige Schmerzen – anfangs meist nur zeitweise, schließlich dauerhaft – sind dann die Folge. Ein deutlicher Hinweis sind braune oder weiße Flecken am Zahnschmelz. Denn für diese Erkrankung ist eine Entkalkung der Zahnschmelz durch Stoffwechselprodukte der Bakterien typisch. Auch Zähne, die empfindlich auf Kälte oder Wärme reagieren, können ein Anzeichen sein. Sicher kann dies nur der Zahnarzt beurteilen, daher sind regelmäßige Kontrollen angezeigt.

Was hilft?

Die von Karies befallenen Stellen werden vom Zahnarzt entfernt – abgeschliffen/ausgeschabt und danach versiegelt.

Geschwollenes und blutendes Zahnfleisch

Nicht bagatellisiert werden sollte geschwollenes und blutendes Zahnfleisch beim Zähneputzen. Denn: „Die chronische Entzündung des Zahnbetts lässt das Zahnfleisch über die Jahre zurückgehen und schadet langfristig dem gesamten

Zahnhalteapparat inklusive Kieferknochen“, warnt Dr. Schmidt. „Über die Entzündungsherde im Zahnfleisch können die Keime zudem in die Blutbahn gelangen und so unter anderem Diabetes, Gefäßverkalkungen und Herzinfarkte verursachen.“

Was hilft?

Parodontitis wird z.B. mit Ultraschall oder Laser behandelt, um die Bakterien zu entfernen. In einigen Fällen ist die Gabe eines Antibiotikums nötig.

Übrigens: Erwiesenermaßen leiden Menschen mit Parodontitis besonders häufig an Bluthochdruck. Dieser lässt sich durch eine erfolgreiche Parodontitis-Behandlung senken, wie eine aktuelle Studie deutscher Bluthochdruckforscher des Universitätsklinikums Schleswig-Holstein belegt.

© Bild+

Photocredits: The Image Bank/Getty Images

Alle Inhalte, insbesondere die Texte und Bilder von Agenturen, sind urheberrechtlich geschützt und dürfen nur im Rahmen der gewöhnlichen Nutzung des Angebots vervielfältigt, verbreitet oder sonst genutzt werden.