



Kennt jeder: Zahnschmerzen, die nachts noch einmal richtig aufdrehen.
© ALDECAstudio - Fotolia.com

Mo. 25. September 2017



Warum sind Zahnschmerzen nachts besonders schlimm?

Es ist wie verhext: Waren die Zahnschmerzen tagsüber noch erträglich, so werden sie ausgerechnet nachts immer heftiger. Liegt es nur daran, dass wir uns im Bett vielleicht zu sehr auf das Zahnweh konzentrieren und dadurch immer stärkere Qualen erleiden? "Nein", sagt Dr. Jochen H. Schmidt, Zahnarzt aus Köln. Vielmehr spielen die Wärme, die Durchblutung und ein bestimmtes Hormon eine Rolle dabei.

"Es kann natürlich sein, dass man die **Schmerzen** stärker wahrnimmt, weil man durch nichts abgelenkt wird", erklärt Schmidt. Er ist leitender Zahnarzt und Implantologe des Carree Dental in Köln. "Aber durch die Wärme im Bett dehnt sich das entzündete Gewebe aus und verursacht somit in der Tat stärkere Beschwerden." Ihren Anteil daran hat vielfach auch die durchblutungsfördernde Liegeposition. Diese erzeugt einen stärkeren Druck im Nerven- und Blutgefäßgeflecht. Hinzu kommt die abends stark abnehmende Produktion des für die Schmerzhemmung verantwortlichen Hormons Cortisol. "In der Folge davon spüren wir **Schmerzen** einfach stärker." Halten die Beschwerden nachts über längere Zeit an, so ist eine medizinische Klärung erforderlich.

ANZEIGE

Kochrezepte bei Krebs

Genießen und gezielt ernähren während der Therapie.

mehr Infos

Empfehlenswert als Schmerzmittel der Wahl ist **Ibuprofen**. Die tägliche Gesamtdosis für Erwachsene liegt bei maximal 2,4 Gramm. Grundsätzlich kommen Schmerzmittel bei Zahnweh am besten nur kurzfristig zum Einsatz. Wer bei akuten Beschwerden keine Schmerzmittel nehmen möchte, der kann es auch mit alten Hausmitteln versuchen - etwa dem Kauen von **Gewürznelken** oder dem kurzzeitigen Auflegen eines Coolpacks Wichtig ist es, die Ursache der Schmerzen festzustellen und diese zu behandeln. Hier ist der **Zahnarzt** gefragt. Er leistet "erste Hilfe" und klärt, ob eventuell andere mögliche Ursachen wie Wurzel- oder **Nasennebenhöhlenentzündungen** eine Rolle spielen.