

Arzt-Kolumne

Wenn der Mund zu trocken wird

Wann ein trockener Mund durch kranke Zähne oder Prothesen verursacht werden? Im Internet hatte die 68-jährige Patientin das gelesen – und wollte nun bei der Prophylaxe-Untersuchung wissen, ob das auch bei ihr zuträfe.

Ich konnte sie beruhigen: In der Tat ist es zwar möglich, dass nicht korrekt sitzender Zahnersatz die Speichelproduktion reduziert. Doch dies ist relativ selten und war bei der Pensionärin aus Rösrath nicht der Fall. Fast jeder Zweite der über 65-Jährigen leidet hin und wieder unter Mundtrockenheit, schätzen Experten. Meist stecken harmlose Ursachen dahinter – etwa Erkältungen oder das Atmen durch den Mund während der Nacht. Haben wir Angst, Lampenfieber oder Stress, so bleibt uns ebenfalls oft buchstäblich "die Spucke weg": Der Mund trocknet aus und die Zunge scheint am Gaumen zu kleben.

Häufig ist Mundtrockenheit auch eine Nebenwirkung von Medikamenten wie etwa Bluthochdruckmitteln oder Antidepressiva. Ältere Menschen nehmen oft nicht ausreichend Flüssigkeit zu sich und drosseln so ihre Speichelproduktion zusätzlich. Ohne diesen natürlichen "Schmierstoff" fällt uns das Sprechen oder Schlucken schwer. Außerdem tötet Speichel Bakterien ab, versorgt die Zähne mit Kalzium und schützt den Zahnschmelz vor Säuren.

Viel trinken

Halten die störenden Beschwerden, etwa beim Sprechen oder dem Schlucken, länger als drei bis vier Wochen an, sollte medizinischer Rat eingeholt werden. Stellen sich zusätzlich Symptome ein wie etwa Heiserkeit, Zungenbrennen oder Schmerzen im Mundbereich, so ist eine umgehende ärztliche Klärung empfehlenswert. Denn möglicherweise stecken ernsthafte Entzündungen der Speichel- oder Schilddrüsen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Parkinson dahinter.

Eine intensive, regelmäßige Mundhygiene ist die beste Prävention. Zudem viel trinken – am besten 1,5 bis zwei Liter ungesüßten Tee oder Wasser täglich. Lutschtabletten helfen dabei, die Mundschleimhaut zu befeuchten. Diese Maßnahmen sowie die Umstellung eines Medikaments zeigten auch bei der Pensionärin schnell Wirkung und nach 14 Tagen waren ihre Beschwerden verschwunden.

© 2019 prisma Verlag GmbH & Co.KG

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.