

## Hauptursache von Karies und Zahnverlust



### Einfach nur Zahnbelag?

Seit einigen Jahren taucht im Zusammenhang mit dem Thema Zahnpflege in Medien und Werbung immer häufiger ein Fachbegriff auf: Plaque! Doch was darunter eigentlich genau zu verstehen ist, wissen die wenigsten. Tatsächlich sind mit Plaque Gesundheitsrisiken verbunden, die nicht nur die Zähne, sondern den gesamten Körper in Mitleidenschaft ziehen können.

### Bakterielle Ablagerungen

Bei Plaque handelt es sich um fest haftende, weissliche Zahnbeläge, in denen sich zahlreiche Bakterien tummeln. Die sehen nicht nur hässlich aus, sie sind Hauptverantwortlich für Mundgeruch und können gravierende gesundheitliche Schäden hinterlassen. Der Prozess, in dem aus der eiweiss- und stärkehaltigen Masse zwischen den Zähnen schädlicher Plaque entsteht, dauert mehrere Tage. Abwischen lässt sich das Übel nur schwer und kann nur durch regelmässiges, gründliches Zähneputzen entfernt werden.

### Folgen für den gesamten Körper

Aber warum ist Plaque so gefährlich? Kurz gesagt: Aus Plaque heraus können sich Karies und Parodontitis entwickeln - Hauptverursacher für Zahnverlust. Zusätzlich können die bakteriellen Entzündungen Auswirkungen auf andere Körperteile haben. Bakterielle Beläge greifen zum einen die Zähne direkt an – die Folge ist Karies. Zum anderen kann verkalkte Plaque am Zahnfleischrand Zahnstein verursachen – Grund für Erkrankungen des Zahnfleisches. Studien belegen, dass bei Patienten mit Plaque ein fünfmal höheres Risiko besteht, an Parodontitis zu erkranken. Was mit scheinbar harmlosen Zahnfleischbluten beginnt, kann schlimme Folgen haben: Aus Plaque entwickeln sich häufig Zahnfleischentzündungen (Gingivitis), die wiederum zu Zahnbettentzündungen (Parodontitis) führen können. In diesem Fall helfen Zahnbürsten und Zahnpasta nicht mehr – die eingekisteten Bakterien setzen in den Nischen zwischen den Zähnen und Zahnfleisch ihren schädlichen Feldzug fort: so genannte Zahnfleischtaschen entstehen.

Auf lange Sicht besteht die Gefahr, dass die Entzündungen den Knochen mehr und mehr befallen und gesunde Zähne derart lockern, dass sie ausfallen.

Aber damit nicht genug: Die Bakterien treiben nicht nur im Mundraum ihr Unwesen, sondern schädigen unter Umständen den gesamten Körper. Wie Studien bewiesen, geben manche Bakterien durch die offenen Blutgefässe im Entzündungsbereich giftige Stoffe in den Organismus ab – dies kann beispielsweise zu einer Herzentzündung führen. Aber auch Knochen, Muskeln, Nerven und bestimmte innere Organe können angegriffen werden.



### **Wichtig: Prophylaxe**

Damit es gar nicht erst zu einer Entzündung und ihren möglichen Folgeerkrankungen kommt, gibt es nur eins: Gründliche und regelmässige Pflege der Zähne. Plaque muss entfernt werden – mit Zahnbürste, Zahnpaste und Zwischenraumhilfsmittel.

Bei einem Besuch der Dentalhygienikerin werden Zahnfleischentzündungen (Gingivitis) oder Zahnbettentzündungen (Parodontitis) frühzeitig erkannt. Durch eine sorgfältige Aufklärung wird speziell auf die individuellen Probleme des Patienten eingegangen. Die Dentalhygienikerin erstellt ein persönliches Mundhygieneprogramm, dass instruiert und geübt wird. Die Beläge (z.B. Zahnstein und Verfärbungen) werden professionell und schonungsvoll entfernt.

### **Recall**

Durch die optimale und persönliche Betreuung im Recallsystem, lernt der Patient Schritt für Schritt den Umgang mit seiner oralen Gesundheit.

### **Weitere Informationen**

Ausführliche Informationen und Beratung über den Gesundheitszustand Ihrer Zähne und Zahnfleisch, erhalten Sie bei **Praxis für Dentalhygiene, Jolanda Röllin, T. 043 477 82 90**, Ihrer Dentalhygienikerin oder beim Zahnarzt Ihres Vertrauens.

*Jolanda Röllin*

Dipl. Dentalhygienikerin HF  
Mitglied Swiss Dental Hygienists

Hafenstrasse 6  
CH-8820 Wädenswil

Telefon 043/477 82 90  
Telefax 043/477 82 91

info@dhpraxis.roellin.ch  
[www.dhpraxis-roellin.ch](http://www.dhpraxis-roellin.ch)