



# Parodontitis: Vorbeugen ist besser als heilen

**Gesunde Zähne bis ins fortgeschrittene Alter? Das ist kein unrealistischer Traum. Unsere Fachspezialisten für Ganzheitliche Zahnmedizin unterstützen Sie dabei, dieses Ziel zu erreichen. Wir beraten Sie individuell zu Themen wie Parodontitis und entfernen gefährliche Zahnbeläge besonders schonend mit Hilfe von speziellen Ultraschall-Geräten.**

Menschen leben hierzulande immer länger. Lag die Lebenserwartung eines neugeborenen Jungen 1980 bei etwa 70 Jahren, stieg sie 2010 auf 78 Jahre an. Zu einer hohen Lebensqualität im Alter gehören Zähne, die noch gut aussehen und kräftig zubeissen können. Dentasana unterstützt seine Patienten dabei, Parodontitis, eine Entzündung von Zahnfleisch und Kieferknochen, zu vermeiden.

Parodontitis, im Volksmund oft auch «Parodontose» genannt, ist nicht nur eine besonders gefährliche Krankheit, die den Kieferknochen zerstört und damit zu Zahnausfall führt. «Sie kann sich auch auf viele Organsysteme verheerend auswirken», darauf weist Dr. Manfred Kübler hin, Leiter Dentasana. «Parodontitis begünstigt zum Beispiel Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes mellitus und rheumatische Erkrankungen.» Heilbar ist die Krankheit nicht, nur aufhaltbar.

Parodontitis entsteht, wenn sich Bakterien im Zahnbelag ungehindert vermehren.

Gefährlichen Bakterien-Arten gelingt es dann, in einen Spalt zwischen Zahnwurzel und Zahnfleisch, in die Zahnfleischtasche, einzudringen. Sobald sie auch den Kiefer befallen, spricht man von Parodontitis.

Dr. Manfred Kübler beschreibt die Symptome: «Blutendes und entzündetes Zahnfleisch, schmerzhaftes Berührungsempfindlichkeit des Zahnfleisches, Mundgeruch, Störungen des Allgemeinbefindens und Beschwerden im Verdauungstrakt können auf Parodontitis hinweisen.»



### **Keine Parodontitis bei gepflegten Zähnen**

«Zahnbeläge regelmässig entfernen!» So lautet die wichtigste Regel für alle, die der Entzündung von Zahnfleisch und Kieferknochen vorbeugen wollen. Dabei helfen unsere Dentalhygienikerinnen mit einer professionellen Zahnreinigung – am besten zwei Mal jährlich. Sie entfernen Beläge und harte Ablagerungen wie Zahnstein, die Sie zu Hause beim Schrubben mit der Zahnbürste und beim Benutzen der Zahnseide nicht mehr los werden. Wenn nötig, werden auch Zahnfleischtaschen sanft gesäubert. Zahnreinigung mit Hilfe von Ultraschall-Geräten ist besonders angenehm für den Patienten und schonend für die Zähne. «Der Ultraschall lockert den Zahnstein und sprengt ihn ab», erklärt Susanna Corrias, Zahnmedizinische Fachangestellte, das Gerät, das bei Dentasana im Einsatz ist. Ein Pulverstrahl-Gerät entfernt darüber hinaus Verfärbungen an den Zähnen, die durch Nikotin, Wein, Kaffee und Tee entstehen können. Zahnseide und kleine Bürsten säubern die Zahn-Zwischenräume. Anschliessend werden die Zähne poliert und damit so glatt, dass neue Beläge schlechter anhaften. Fluorid-Gel, das auf die Zähne aufgetragen wird, stärkt den Zahnschmelz.

### **Parodontitis für Diabetiker besonders gefährlich**

Gut, wenn Diabetiker Zähne und Zahnfleisch besonders gut pflegen und sie regelmässig vom Zahnarzt kontrollieren lassen! Denn die Gefahr, an Parodontitis zu erkranken, liegt bei ihnen drei Mal höher als bei gesunden Menschen. Darüber hinaus entwickelt sich Parodontitis bei Diabetikern schneller. Gleichzeitig ist die Erkrankung für Diabetiker besonders gefährlich. Weil sie zu einer Erhöhung der Blutzuckerwerte beiträgt, steigt die Gefahr, dass eine Folge-Erkrankung von Diabetes entsteht. «Je früher Parodontitis erkannt wird, um so schneller kann die Therapie einsetzen», so Dr. Manfred Kübler. «Damit steigen die Erfolgsaussichten, die Parodontitis wirkungsvoll zu stoppen.»

### **Zahnpflege zu Hause**

Eine optimale Mundhygiene ist wohl das verlässlichste Mittel, Parodontitis vorzubeugen. Wer zwei Mal täglich gründlich Zähne putzt, tut viel dafür, sie zu vermeiden – aber nicht genug. «Die Zahnbürste erreicht nur die Vorder- und Rückseiten der Zähne und die Kauflächen», warnt Susanna Corrias. «In die Zahn-Zwischenräume gelangt sie nicht. Hier kann nur Zahnseide für den richtigen Putz sorgen». Lassen Sie sich bei uns beraten, welche Zahnseide am besten für Ihre Zahn-Zwischenräume geeignet ist. Glatte, also gewachste Zahnseide gleitet besonders leicht durch enge Zahn-Zwischenräume. Zahnseide, die nicht gewachst ist, putzt dagegen gründlicher, weil sich die einzelnen Fasern während der Zahnreinigung auffächern. Besonders leicht fällt die Zahnreinigung, wenn die Seide in einen Halter gespannt ist. Allerdings kann sie sich dann nicht bestmöglich der Form des Zahn-Zwischenraumes anpassen. Der Reinigungseffekt ist daher geringer.

### **Parodontitis keine Chance geben**

Ohne Beläge kann keine Parodontitis entstehen. «Zahnbett-Entzündungen sind nicht schicksalhaft», so die Deutsche Gesellschaft für Parodontologie e. V. «Richtige und gründliche Mundhygiene, ergänzt durch professionelle Betreuung, beugt Parodontitis vor.»



# Die wichtigsten Tipps im Überblick

**So können Sie dazu beitragen, dass auch im fortgeschrittenen Alter Ihre Zähne noch gut aussehen und kräftig zubeissen können:**

- Zwei Mal täglich gründlich Zähne putzen. Am besten jeweils zwei Minuten lang.
- Ein Mal täglich mit Zahnseide die Zahn-Zwischenräume säubern. Wir beraten Sie gern, welche Zahnseide individuell am besten geeignet ist.
- Regelmässig zu unseren Vorsorge-Untersuchungen gehen. Wir können eine beginnende Parodontitis schnell erkennen.
- Zwei Mal jährlich unsere professionelle Zahnreinigung in Anspruch nehmen. Unsere Dentalhygienikerinnen entfernen Zahnbelag und Zahnstein ohne unangenehme Nebenerscheinungen.