



## Die Ursache für Mundgeruch liegt in der Mundhöhle

**Viele Erwachsene, aber auch Kinder leiden unter Mundgeruch. Neue Erkenntnisse zeigen, dass die Ursache für Mundgeruch nicht wie angenommen im Magen-Darm-Trakt liegt. In aller Regel entsteht er nämlich im Mundbereich, die Gründe sind äusserst vielfältig. Deshalb ist Dentasana die richtige Anlaufstelle, wenn Sie an Mundgeruch leiden.**

Jeder vierte Erwachsene und rund 10 bis 15 Prozent der Kinder in der Schweiz leiden an Mundgeruch (Halitosis). Der schlecht riechende Atem ist für die Betroffenen und deren Mitmenschen eine unangenehme Erscheinung. Meist werden die Betroffenen nicht darauf angesprochen, denn Mundgeruch ist nach wie vor ein Tabuthema. Erst wenn die Arbeitskollegen beim Gespräch auf Distanz gehen und Freunde in der Schule beim Zuhören den Kopf abwenden, kommt einem der Gedanke eines schlecht riechenden Atems auf. Dabei wären viele Betroffene für einen Hinweis dankbar. Denn ein Selbstcheck wie in die Hände hauchen ist wenig effektiv und bringt einem keine Sicherheit. Die Frage nach dem Entstehungsort und den Ursachen für den Geruch bleibt jedoch unbeantwortet. Gerade dies ist jedoch entscheidend, wenn es um eine auf Dauer erfolgreiche Therapie geht. Hier ist eine professionelle Diagnostik von Dentasana gefragt.

### **Die Ursache für Mundgeruch liegt selten im Magen oder Darm**

Die Ursache für Mundgeruch (Halitosis) wird häufig im Magen-Darm-Trakt vermutet. In etwa 80 bis 90 Prozent aller Fälle liegt die Ursache jedoch in der Mundhöhle, wo um die 300 verschiedene Bakterienarten leben. Davon sind 80 Bakterienarten, jene die Eiweisse zersetzen, für eine unangenehme Geruchsbildung verantwortlich. Sie siedeln sich hauptsächlich auf dem Zungenrücken, aber auch auf den Zähnen (Plaque) und in den Zahnzwischenräumen an. Eiweisse sind sowohl im Speichel als auch in der Nahrung enthalten, so dass sie im Mundbereich ständig vorkommen. Bei dem Eiweiss-Zersetzungsprozess der Bakterien werden Schwefelverbin-



dungen freigesetzt, die dem Atem die unangenehme Note geben. Bei vielen Mundgeruchspatienten ist eine grosse Anzahl an Eiweiss zersetzenden Bakterien der Grund für die schlecht riechende Atemluft .

Ist Ihre Mundhygiene oder jene Ihrer Kinder mangelhaft, verbleiben Speisereste in Zahnlücken und Zahnzwischenräumen, selten aber auch auf der Zunge. Ein gefundenes Fressen für Eiweiss zersetzende Bakterien. Dentasana empfiehlt Ihnen und Ihren Kindern zweimal täglich die Zähne zu putzen und mit Zahnseide oder Interdentalbürstchen die Zwischenräume zu säubern. Die Untersuchung des Zungengrundes gibt Hinweise, ob die Reinigung des Zungenrückens ebenfalls sinnvoll ist. Für die Entfernung des Belags auf der Zunge sind im Handel spezielle Zungenreiniger erhältlich.

Neben der regelmässigen Mundhygiene zu Hause hilft eine professionelle Zahnreinigung in unserer Zahnarztpraxis. Dieser entfernt den Zahnbelag und damit die für den übelriechenden Atem verantwortlichen Bakterien auf Zähnen, in den Zahnzwischenräumen und Zahnfleischtaschen.

### **Ein geschwächtes Immunsystem verursacht Mundgeruch**

Nicht immer ist eine mangelnde Zahnreinigung Grund für Halitosis. Wenn ein bakterielles Gleichgewicht im Mundbereich besteht, wird die Anzahl eiweisszersetzender Bakterien durch entsprechende Abwehrmechanismen in Schach gehalten. Ist das Immunsystem jedoch geschwächt, erhöht sich die Anzahl der geruchsbildenden Bakterien sehr schnell. Entzündungen im Mund durch eine unentdeckte Karies oder Zahnfleischentzündungen bringen das bakterielle Gleichgewicht aus dem Lot. Für eine gesunde Flora im Mund essen Sie ungesüssten Natur-Joghurt. Darin befinden sich wichtige Bakterien, welche Fäulniskeime im Mund hemmen und zusätzlich das Risiko für Zahnfleischerkrankungen reduzieren.

Auch die Mundschleimhaut spielt eine wichtige Rolle. Ist sie zu trocken, weil man mit offenem Mund schläft oder Medikamente einnimmt, fliesst wenig Speichelfluss und die übelriechende Substanz wird nicht weggespült. Deswegen sind auch bei Kindern Entzündungen und Infektionen der Mundschleimhaut, neben dem Durchbruch der Milchzähne oder Zahnwechsel, für Mundgeruch verantwortlich. «Lässt der Mundgeruch nicht nach, sollten Eltern mit ihrem Kind zu uns kommen, um Probleme im Mundbereich auszuschließen», meint Dr. Kübler von Dentasana. Röntgenbilder und neuartige Mess-Systeme, welche den bioenergetischen Zustand des Körpers sichtbar machen, lokalisieren Entzündungen und deren Auswirkungen auf die Gesundheit. Auch Ernährungsfehler sind mit verantwortlich für Halitosis; ebenso zu viel Kaffee, Alkohol und koffeinhaltige Getränke wie Cola, können Ursache sein. Daneben verursachen eiweisshaltige Nahrungsmittel wie Milch oder Fisch schlecht riechenden Atem. Auch Rauchen, Stress und Fastenperioden wirken begünstigend.

### **Eine individuelle Behandlung ist wichtig**

Um den schlecht riechenden Atem loszuwerden, braucht es eine Therapie, welche das Übel an der Wurzel packt und nicht nur die Symptome bekämpft. Für die Untersuchung sind Röntgenbilder und bioenergetische Messungen der Körperfunktionen notwendig. Wir erhalten so Informationen über Fehlfunktionen des Verdauungstrakts, der Kiefer und des Zahnsystems. Eingebunden ist auch die spezielle Untersuchung des Zahnfleisches und des Parodonts (Zahnhalteapparat). Zudem erkundigt sich Dr. Kübler über Ihre Lebensgewohnheiten wie Ernährungsverhalten und fragt nach möglichen Stressfaktoren.

Die umfassende Abklärung bei Dentasana gibt Aufschlüsse über die Ursachen des schlecht riechenden Atems und ermöglicht eine individuelle Behandlung. Von zentraler Bedeutung sind biologische, antibakteriell wirkende Heilmittel, welche speziell gegen die im Test ermittelten Bakterien wirken. Haben die Untersuchungen zudem entzündliche Probleme bei den Zähnen oder dem Zahnfleisch zum Vorschein gebracht, wird deren Behandlung angegangen. Je nach Einzelfall sind auch Therapien zur Verbesserung des Immunsystems, stressabbauende Massnahmen oder eine Ernährungsumstellung angebracht.



**DENTASANA**  
Ganzheitliche Zahnmedizin

Finden wir bei der eingehenden Untersuchung keine Probleme im Mundbereich als Ursache für den Mundgeruch, leiten wir Sie weiter. Beispielsweise können entzündete Nasennebenhöhlen übelriechenden Atem bewirken. Dann ist der Hals-Nasen-Ohren-Arzt die richtige Ansprechperson. Doch auch Leber und Magen-Probleme können Grund für Halitosis sein. In diesem Fall leiten wir Sie an einen Spezialisten weiter.

**Das Team von Dentasana hilft Ihnen weiter und berät Sie gerne.**