

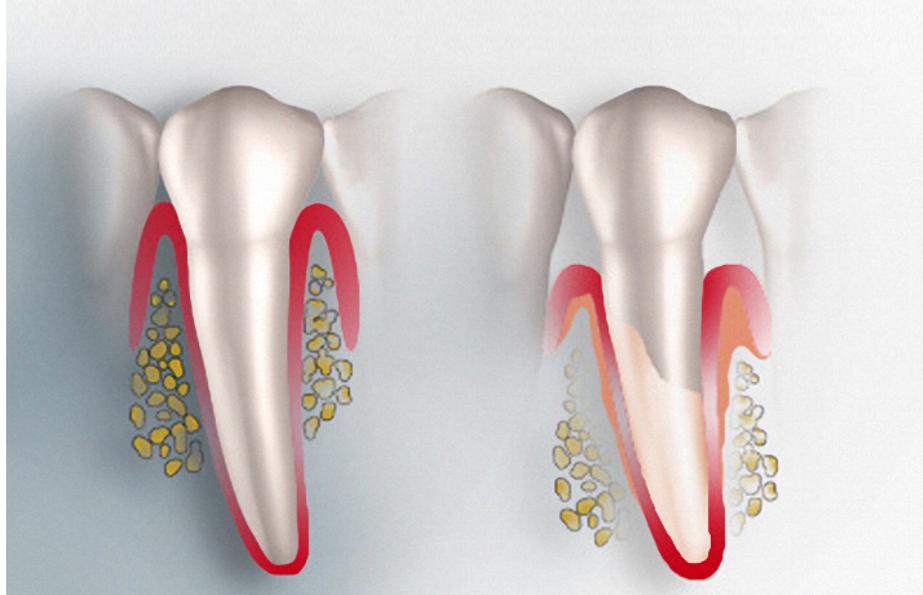
Frühjahr. Die Zeit für Fasten und Entgiftung. Die Befreiung des Körpers von belastenden und krankmachenden Substanzen und die Vorbereitung des Organismus auf den Sommer. Was viele nicht wissen: Entgiftung beginnt im Mund. Durch bakterielle Stoffwechselprozesse können in der Mundhöhle Gifte entstehen, die den Organismus belasten oder krank machen. Gezielte Mundhygiene hilft nicht nur, einem unangenehmen Atem vorzubeugen, sondern auch den Organismus von belastenden Giften zu befreien, die wir über Nahrung, Medikamente, Atemluft oder Nikotin aufnehmen. Mundhygiene leistet einen entscheidenden Beitrag zum Schutz vor Parodontitis.

Über die Mundhöhle in die Blutbahn

Im Mund können sich – neben harmlosen Bakterien – schädliche Keime ansiedeln, die sich z.B. in Zahnfleischtaschen oder an Kronenrändern einnisten. Was dann passiert ist, dass sie einen Stoffwechsel in Gang bringen, d.h. sie ernähren sich aus der Umgebung und scheiden wiederum giftige Säure aus. Die Säure führt nicht nur zu übel riechendem Mundgeruch. Sie kann in der Folge Zahnfleisch, Zahn und Knochen schädigen. Im Extremfall ist eine Extraktion des Zahnes notwendig. Darüber hinaus können parodontale Bakterien aus der Mundhöhle über die Blutbahn auch an andere Stellen des Körpers gelangen. Mögliche Folgeerkrankungen sind z.B. koronare Herzkrankheiten oder Gefäßerkrankungen.

Erste Warnsignale: Zahnfleischrötungen und Zahnfleischbluten

Die Mundhygiene bildet die Grundlage für eine Entgiftung des Organismus, die über den Mund entsteht. Die richtige Pflege der Zähne und die professionelle Zahnreinigung sind das A und O. Doch was passiert, wenn im Mund krankhafte Veränderungen vor sich gehen? Wie erkennt das der Laie? Erste Warnsignale, dass etwas nicht stimmt, sind vor allem Zahnfleischrötungen und Zahnfleischbluten mit erhöhten Zahnfleischtaschentiefen von über 3,5 mm. Eine Parodontitis, im Volksmund Parodontose genannt, entsteht oft schleichend und entwickelt sich besonders an schwer zugänglichen Stellen. In den häufigsten Fällen ist falsche Zahnpflege die Ursache. Allgemeine Erkrankungen, wie zum Beispiel Diabetes, ein geschwächtes Immunsystem und nicht zuletzt das



Entgiftung des Körpers beginnt im Mund

Rauchen fördern die Entstehung von Parodontitis.

Was sind die Therapiemöglichkeiten?

Eine krankhafte Veränderung sollte nie unbehandelt bleiben. Die regelmäßige Vorsorgeuntersuchung und eine professionelle Reinigung der Zähne sind zur Vorbeugung einer Parodontitis zwingend erforderlich. Sobald ein konkreter Verdacht auf eine Zahnfleischerkrankung besteht, misst der Zahnarzt – nach einer gründlichen Untersuchung von Zähnen und Zahnfleisch – mit einem speziellen Instrument die Tiefe der Zahnfleischtaschen und wertet Röntgenaufnahmen aus. Nach Diagnose erstellt der Zahnarzt einen individuellen Behandlungsplan. Die Behandlung beinhaltet u.a. auch, dass er unter örtlicher Betäubung die Zahnoberfläche bis zum Boden der Zahnfleischtasche reinigt. Darüber hinaus entfernt er dauerhaft entzündetes Gewebe und harte Ablagerungen unter dem Zahn-

fleisch und glättet die Zahnwurzeln. Ziel ist die Beseitigung aller Ursachen für die Entzündung und die Regeneration des Zahnfleisches. Zur Unterstützung der Heilung werden auch Medikamente in der Zahnfleischtasche appliziert. In einigen Fällen ist auch eine systemische Antibiotikagabe angezeigt, um Bakterien, die den Knochen infiltriert haben, zu beseitigen.

Individuelles Zahnpflegekonzept – Entwicklung in enger Zusammenarbeit zwischen Zahnarzt und Patient/-in

Um den langfristigen Erfolg der Mundhygiene zu sichern, hilft ein individuelles Zahnpflegekonzept, das der Zahnarzt mit dem Patienten oder der Patientin gemeinsam entwickelt. Es reicht von der richtigen Zahnbürste, der richtigen Putztechnik, der Anwendung von Zahnseide, der Zungenreinigung bis zur Benutzung einer Mundspülung. Hierzu gehört auch Aufklärungsarbeit, z.B. dass eine Zahnbürste unmittelbar nach einem grippalen Infekt auf jeden Fall zu wechseln ist.

Eine gesunde Ernährung, der Verzicht auf Nikotin und eine systematische Mundhygiene sind die besten Voraussetzungen für Entgiftung, gesunde Zähne und frischen Atem. Jetzt kann der Sommer kommen!

Gerne beraten wir Sie unverbindlich in unserer Praxis.



Dr. Heiko Wolf
Ehrenfeldgürtel 134
50823 Köln-Neu Ehrenfeld
Tel.: 02 21 - 55 49 39



info@dr-heiko-wolf.de
www.dr-heiko-wolf.de