

## Parodontitis – Die stille Gefahr für Zähne und Gesundheit

Losheim am See engagiert sich im Rahmen des Projektes „Losheim lebt gesund!“ für Prävention und Gesundheitsförderung in der Seegemeinde. In unserer Amtsblattrubrik geben wir jede Woche in Kooperation mit dem gemeinnützigen Netzwerk „Das Saarland lebt gesund!“ (DSLIG) Gesundheitstipps oder Hinweise auf interessante Online-Angebote.

### Chronische Erkrankung vermeiden

Die Parodontitis, welche umgangssprachlich auch häufig als Parodontose bezeichnet wird, ist eine schubweise voranschreitende, chronische Entzündung des Zahnhalteapparates. Sie zerstört in ihrem Verlauf das Gewebe und den Knochen, welche für die Stabilität der Zähne notwendig sind. Dieser Prozess kann sich über Jahre bis hin zu Jahrzehnten, in seltenen Fällen aber auch nur Wochen oder Monate erstrecken. Er endet, bei fehlender Therapie, häufig in Zahnlockerung bis hin zu Zahnverlust.

Diese chronische Erkrankung beginnt immer mit der Anhaftung von Biofilm (einer Schleimschicht, die aus einer Mischpopulation aus Mikroorganismen auf Oberflächen gebildet wird) im Übergangsbereich von Zahn zu Zahnfleisch. Dieser kann im Verlauf zu Entzündungsreaktionen des Zahnfleisches (einer Gingivitis) führen, welche über lange Zeit bestehen bleiben kann. Sie äußert sich in Rötung und Schwellung des Zahnfleisches mit Zahnfleischbluten. Zu beachten ist, dass dieses Stadium sich rein auf das Zahnfleisch bezieht und bei adäquater Therapie völlig reversibel (umkehrbar) ist.

Wird diese Therapie versäumt, so kommt es zu einer Störung der Mikroflora (Dysbiose), welche bei anfälligen Personen zu Parodontitis mit Fehlsteuerung der Immunantwort führen kann, die einen Abbau von Bindegewebe und Kieferknochen zur Folge hat. Aktuelle Studien gehen davon aus, dass bei jungen Erwachsenen (ab 35 Jahren) etwa 50 %, bei den Senioren sogar fast 70 % an einer Form der Parodontitis erkrankt sind.

Eine Parodontitis kann jeden Menschen treffen, jedoch ist hier klarzustellen, dass das Risiko einer Erkrankung sehr unterschiedlich ausfällt. Eine entscheidende Rolle spielt das Immunsystem, welches stark von inneren und äußeren Faktoren beeinflusst wird. So sind als Hauptrisikofaktoren genetische Veranlagung, Rauchen, Diabetes, psychischer Stress, hormonelle Umstellung, Autoimmunerkrankungen sowie bestimmte Medikamente (z. B. Blutdrucksenker oder Immunsuppressiva) zu nennen. Eines der größten Probleme der Parodontitis ist der meist langsame und schmerzlose Verlauf mit milder Symptomatik (stille Gefahr). Die oben beschriebenen Leitsymptome wie Zahnfleischbluten, Rötung und Schwellung sind häufig die ersten und einzigen Anzeichen, weshalb lediglich jeder vierte Erwachsene der Meinung ist, an einer Parodontitis erkrankt zu sein. Ein Laie kann hier kaum zwischen Gingivitis und Parodontitis unterscheiden. Die Parodontitis führt bei unzureichender Therapie jedoch nicht nur zu einer Zerstörung des zahntragenden Gewebes und dem damit einhergehenden Verlust der Zähne, sondern hat auch allgemeinmedizinische Auswirkungen. Über das Zahnfleisch können Entzündungsstoffe in den Blutkreislauf eindringen und hier weitere Schäden anrichten. So bestehen Zusammenhänge zwischen bestehender Parodontitis und Diabetes mellitus, Herz-Kreislaufkrankungen, Probleme nach Herzklappen-, Hüft- oder Knieimplantationen sowie Schwangerschaftskomplikationen und Demenz. Auch ein erhöhtes Risiko schwerer COVID-19-Verläufe bei Menschen mit bestehender Parodontitis wurde in klinischen Studien nachgewiesen.



Doch Sie können sich schützen! Da Zahnbeläge einer der entscheidenden Faktoren bei der Entstehung einer Parodontitis sind, sollten Sie auf eine gute Mundhygiene mit mindestens zweimaligem, täglichem Zähneputzen und Zahnzwischenraumreinigung

mittels Zahnseide oder Interdentalbürsten achten. Zudem ist die sogenannte professionelle Zahnreinigung (PZR) in Ihrer Zahnarztpraxis eine wichtige Präventionsmaßnahme. Diese sollte ein- bis zweimal jährlich erfolgen. Bei Warnsignalen wie Rötung und Schwellung des Zahnfleisches, Zahnfleischbluten, Zahnfleischrückgang, Mundgeruch, empfindlichen Zahnhälsen sowie gelockerten Zähnen sollten Sie umgehend Ihren Zahnarzt aufsuchen. Dieser kann im Rahmen einer gezielten Früherkennung, dem parodontalen Screening-Index (PSI), das individuelle Parodontitisrisiko beurteilen und das weitere Vorgehen sowie die notwendige Therapie mit Ihnen besprechen.

Sie sehen also, dass die Parodontitis eine der großen Herausforderungen der modernen zahnmedizinischen Versorgung der Bevölkerung mit Aufklärung, Sensibilisierung und adäquater Therapie darstellt und einen besonderen Stellenwert in eben selbiger verdient. Gastautor Marc Neufang ist seit 2015 approbierter Zahnarzt und seit 2020 Fachzahnarzt für Oralchirurgie. Marc Neufang praktiziert seit 2020 in eigener Praxis und legt großen Wert auf Früherkennung sowie Aufklärung seiner Patienten. Seine besondere Leidenschaft gilt der Parodontologie und der Implantologie.

### Weiterführende Literatur:

Jordan AR, Micheelis W, editors. Fünfte Deutsche Mundgesundheitsstudie (DMS V) Köln: Deutscher Zahnärzte Verlag DÄV; 2016. Meyle J, Jepsen J. Der parodontale Screening-Index (PSI) Parodontologie. 2000;11:17–21.

Text: DSLIG, Fotos: pixabay.com

Weitere Informationen zum saarlandweiten Netzwerk „Das Saarland lebt gesund!“ (DSLIG) finden Sie unter [www.pugis.de](http://www.pugis.de) oder [www.das-saarland-lebt-gesund.de](http://www.das-saarland-lebt-gesund.de)



### Weitere Infos:

[www.das-saarland-lebt-gesund.de](http://www.das-saarland-lebt-gesund.de)  
und bei Facebook  
[www.facebook.com/DasSaarlandLebtGesund](https://www.facebook.com/DasSaarlandLebtGesund) sowie  
unter [www.pugis.de](http://www.pugis.de)

„Losheim lebt gesund!“ ist ein Projekt der Gemeinde Losheim am See in Zusammenarbeit mit „Das Saarland lebt gesund!“ und der IKK Südwest.

**Ansprechpartnerin für Fragen rund um das Thema „Prävention und Gesundheit“ im Bürgerdienstleistungszentrum:**

Frau Christine Kuhn (Fachkraft für Kommunales Gesundheitsmanagement) unter Tel. 06872/609-101