

**Betreff:**

Zahngesundheit ist so wichtig !

## **Schlafstörung, Diabetes oder Herzleiden: Manchmal wirkt sich ein kranker Zahn oder schlechte Mundhygiene auf den gesamten Organismus aus. Zahnarzt Dr. Rüdiger Schott erklärt die Zusammenhänge zwischen gesunden Zähnen und ganzheitlicher Gesundheit, gibt wertvolle Tipps zur richtigen Pflege und entkräftet zwei große Mythen**

**Dr. Rüdiger Schott** ist Zahnarzt und Vorsitzender des Vorstands der Kassenzahnärztlichen Vereinigung Bayerns. Seine Praxis ist in Sparneck.

Körperliches Wohlbefinden dank guter Vorsorge: Damit Ihnen größere Eingriffe beim Zahnarzt erspart bleiben, rät Dr. Rüdiger Schott zweimal jährlich zur professionellen Prophylaxe. Hohe Zahnarztkosten müssen Sie nicht fürchten: Die Zahnzusatzversicherung der Allianz übernimmt im Tarif »MeinZahnschutz« die Behandlungskosten zu hundert Prozent.

**Herr Dr. Schott, den Spruch »Zähne gut, alles gut« liest man immer häufiger in medizinischen Ratgebern. Wie wichtig ist die Gesundheit im Mund wirklich für den Körper?** Das Bewusstsein für die Zusammenhänge zwischen Mund- und Allgemeingesundheit ist in den vergangenen 20 Jahren enorm gewachsen. Es gibt eine hohe Kausalität zwischen Erkrankungen in der Mundhöhle und dem gesamten Organismus. Wenn Probleme dort nicht früh genug erkannt werden, kann das nicht nur zu Zahnverlust führen, sondern auch die Entstehung anderer Krankheiten begünstigen.

### **Welche sind das?**

Die Folgen einer schlechten Mundhygiene sind natürlich vielfältig und sehr individuell. Die häufigste Konsequenz ist Karies, die meist durch Bakterien im Zahnbelag, süße Lebensmittel und mangelnde Zahnpflege entsteht. Bei der Behandlung haben wir in den vergangenen 20 Jahren große Erfolge erzielt. Jetzt konzentrieren wir uns stärker auf die Volkskrankheit Parodontitis, also Zahnfleischentzündungen. Denn dadurch können Herzerkrankungen, Diabetes, Schlaganfall oder Demenz ausgelöst oder beschleunigt werden.

### **Wie kann Parodontitis das Herz schädigen oder einen Schlaganfall begünstigen?**

Dabei handelt es sich um Infektionen, die durch Bakterien verursacht werden. Das körpereigene Immunsystem stemmt sich gegen diese Bakterien und schwächt so die Knochen und das Bindegewebe, die unsere Zähne an Ort und Stelle halten. Intensive Zahnfleischentzündungen beeinflussen auch den Blutkreislauf und schädigen langfristig die Blutgefäße im Herz und Gehirn. Auch Tinnitus oder orthopädische Beschwerden können etwa durch Zahnfehlstellungen oder das berühmte Knirschen ausgelöst werden. Wichtig ist, dass dann der Humanmediziner eine Zahnärztin zur Abklärung hinzuzieht.

### **Kann auch schon ein einzelner Zahn den Körper krank machen?**

Selbstverständlich kann ein einzelner unbehandelter Zahn schwerste Erkrankungen bis hin zu einer Sepsis, also einer Blutvergiftung, auslösen.

## **Und wie sieht das umgekehrt aus? Hat der allgemeine Gesundheitszustand des Körpers auch Einfluss auf die Zähne?**

In der Medizin hängt fast alles zusammen. Deshalb dürfen wir die Mundhöhle nicht isoliert betrachten. Wenn jemand am Tag 20 Zigaretten raucht, schadet er nicht nur seinem Herz-Kreislauf-System, sondern auch seinem Zahnfleisch. Adipositas oder Diabetes sind meistens auf eine falsche Ernährung zurückzuführen, die wiederum die Entstehung von Karies begünstigt.

## **Wann sollte man spätestens zum Zahnarzt gehen? Was sind die wichtigsten Warnsignale?**

Man sollte mindestens einmal im Jahr zur Vorsorgeuntersuchung gehen. Dann werden Karies und Parodontitis bereits im Anfangsstadium erkannt und behandelt. Ansonsten sollte man bei Schmerzen oder Zahnfleischbluten umgehend einen Zahnarzttermin vereinbaren.

## **Jedem Zahn ist ein Organ zugeordnet – stimmt das?**

Das ist eine Auffassung der naturheilkundlichen Medizin.

## **Wie steht es um den Mythos, dass eine Mutter für jedes geborene Kind einen Zahn einbüßt?**

Wir raten Schwangeren zu einer zahnärztlichen Routineuntersuchung zu Beginn und am Ende der Schwangerschaft sowie zu einer guten Mundhygiene. Dann gibt es mit Sicherheit kein erhöhtes Risiko für Zahnerkrankungen durch die Schwangerschaft.

## **Wie hat sich die Zahnpflege in der Gesellschaft in den vergangenen Jahren verändert?**

Die Menschen wollen heute nicht nur gesunde, sondern auch schöne Zähne und sind bereit, dafür auch Geld auszugeben. Sei es für eine private Zusatzversicherung oder durch Zuzahlungen. Zu Beginn meines Berufslebens war Karies noch weitverbreitet. Heute haben viele Kinder und Jugendliche dank erfolgreicher Prävention und Prophylaxe ein komplett kariesfreies Gebiss. Auch ältere Menschen haben oft noch ein nahezu vollständiges Gebiss. Dennoch müssen wir ältere Patient:innen stärker in den Fokus nehmen. Denn bei Pflegebedürftigen bleibt die Mundhygiene oft auf der Strecke.

## **Wie gelingt die optimale Zahnpflege?**

Zweimal täglich mindestens zwei Minuten mit einer fluoridhaltigen Zahncreme putzen. Die richtige Putztechnik zeigt man Ihnen in einer Praxis. Elektrische Zahnbürsten können das richtige Putzen und die Einhaltung der Putzdauer erleichtern. Und die Zahnzwischenräume nicht vergessen! Zahnseide und Interdentalbürstchen sind genauso wichtig wie die Zahnbürste. Ergänzt wird die eigene Mundhygiene durch die professionelle Zahnreinigung in einer Praxis. Dort werden Beläge an Stellen entfernt, die Sie selbst nicht erreichen können. Und Sie bekommen Tipps für die individuelle Mundhygiene.

Beste Grüße von Ihrer

**Amann & Hagel OHG**

Kapellenstraße 37 -- D -- 88471 Laupheim

Telefon - Zentrale 07392 / 97 92 0 Telefax - Zentrale 07392 / 97 92 20

[www.amann-hagel.de](http://www.amann-hagel.de)

Sitz der Gesellschaft: 88471 Laupheim | Registergericht Ulm | HR - A 641022  
Geschäftsführer: Uwe Amann | Stefan Andreas Hagel | Dipl.-Verw.Wiss. Bernd Remp

Beratung zu Versicherungen und deren Vermittlung als Vertreter mit Gewerbeurlaubnis (§ 34d Abs. 1 GewO) ausschließlich an die sowie für Rechnung und im Namen der Versicherungsunternehmen der Allianz. Vergütung durch Provisionen und Zusatzvergütungen aus Ausschreibungen (jeweils in der Versicherungsprämie enthalten). Eingetragen im Versicherungsvermittlerregister unter Nr. D-IPTQ-NXI83-68 (Uwe Amann), D-DSGV-VOYGA-66 (Stefan Hagel), D-4R35-DNIE1-03 (Bernd Remp), Deutsche Industrie- und Handelskammer (DIHK), Breite Straße 29, 10178

Berlin, Tel. 0180.600 58 50 (Festnetzpreis 0,20 €/Anruf); Internet: [www.vermittlerregister.info](http://www.vermittlerregister.info) von Investmentvermögen, Vermögensverwaltungsprodukten und sonstigen Finanzinstrumenten als vertraglich gebundener Vermittler (§2 Abs. 10 KWG) ausschließlich für Rechnung und unter der Haftung der Fondspot Bank GmbH. Schlichtungsstellen: Versicherungsombudsmann e.V., Postfach 080632, 10006 Berlin, E-Mail: [beschwerde@versicherungsombudsmann.de](mailto:beschwerde@versicherungsombudsmann.de). Ombudsmann Private Kranken- und Pflegeversicherung, Postfach 060222, 10052 Berlin, E-Mail: [ombudsmann@pkv.de](mailto:ombudsmann@pkv.de). Ombudsmann Bundesverband deutscher Banken, Postfach 040307, 10062 Berlin, E-Mail: [bankenverband@bdb.de](mailto:bankenverband@bdb.de).

**RECHTSHINWEISE:** Diese E-Mail enthält vertrauliche und/oder rechtlich geschützte Informationen. Wenn Sie nicht der richtige Adressat sind oder diese E-Mail irrtümlich erhalten haben, informieren Sie bitte unverzüglich den Absender und vernichten Sie diese Mail. Das unerlaubte Kopieren sowie die unbefugte Weitergabe dieser Mail ist nicht gestattet. **LEGAL NOTE:** This e-mail may contain confidential and/or privileged information. If you are not the intended recipient (or have received this e-mail in error) please notify the sender immediately and destroy this e-mail. Any unauthorized copying, disclosure or distribution of the material in this e-mail is strictly forbidden.