

Entstehung und Behandlung der Parodontitis

Wie kommt es zur Ausbildung einer Parodontitis und wie kann man diese behandeln?

Dazu Dr. med. dent. Wolfgang Poloczek, Merzhausen:



Mit dem Begriff "Parodontose" bezeichnet man die "Zahnbetterkrankung". Von dieser Erkrankung können sämtliche Teile des Zahnhalteapparates betroffen sein: Das Zahnfleisch, der Kieferknochen und auch die Haltefasern, mit denen der Zahn im Kiefer befestigt ist.

Erste Anzeichen einer drohenden Parodontose sind in der Regel Zahnfleischblutungen, die beim Verzehr harter Speisen, z.B. beim Biss in den Apfel, oder beim Zähneputzen auftreten. Die Farbe des Zahnfleisches wandelt sich von blaß-rosa = gesund zu dunkelrot = krank.

Schwindet im Verlauf der Erkrankung das Zahnfleisch, werden die Zähne länger. Da mit diesem Prozess wertvolle Anteile des Kieferknochens und auch der Haltefasern verloren gehen, beginnen die Zähne locker zu werden. In manchen Fällen kann sich das Zahnfleisch so stark entzünden und anschwellen, dass es den Knochenschwund verdeckt. Das Zahnfleisch umschließt dann den Zahn nicht mehr fest, und es entstehen sogenannte "Zahnfleischtaschen", später auch Knochentaschen.

In den Taschen sammeln sich die feinen Speisereste und vermischen sich mit den sonst harmlosen Mundbakterien, die sich hier nun sehr wohl fühlen und sehr stark vermehren. Aus den feinen Speiseresten, bilden sich Beläge und daraus dann harter Zahnstein, der sich fest an der Zahnwurzel anlagert. Durch diesen Vorgang und durch die aggressiven Stoffwechselprodukte der Bakterien wird der Kieferknochen gereizt, und er bildet sich zurück.

Wie entsteht Parodontose?

1. FALSCHER ERNÄHRUNG

Eine bedeutende Ursache für die Entstehung einer Parodontose ist eine falsche Ernährung. Überwiegen bei den täglichen Mahlzeiten wertlose Nahrungsmittel wie z.B. Nudeln, Kuchen und andere Weißmehlprodukte, Süßigkeiten, Marmelade, oder auch Fertiggerichte und Konservennahrung usw., werden dem Organismus nicht genügend lebenswichtige Stoffe zugeführt. Diese Vitalstoffe wie Vitamine und Spurenelemente müssen mit der Nahrung aufgenommen werden, damit der Körper sie zur Aufrechterhaltung seiner vielen Funktionen verwenden kann. In oben genannten Nahrungsmitteln fehlen diese Stoffe oder sind durch fabriktechnische Herstellungsmethoden zerstört worden.

Regelmäßiger Konsum von Nikotin, übermäßig viel Alkohol und Kaffee behindern wichtige Stoffwechselforgänge. Diese Genussmittel enthalten viele Nervengifte und auch andere durch den Anbau bedingte Schadstoffe, die bei täglichem Verzehr die verschiedensten Erkrankungen verursachen können.

Zur Stabilisierung seines Abwehrsystems - des Immunsystems, zur laufenden Erneuerung der Körperzellen, zur Gesunderhaltung sämtlicher Organe und auch zur Blutbildung

benötigt der Körper Stoffe, die nur in frischen Lebensmitteln enthalten sind, wie z.B. in Obst, Salat, Gemüse, Keimlingen, Vollkornerzeugnissen, Fisch und magerem Fleisch.

Mindestens die Hälfte (50%) der täglichen Nahrung sollte bei diesen vollwertigen, frischen und natürlichen Lebensmitteln von pflanzlicher Herkunft sein.

Überwiegt der Fleischanteil (d.h. das tierische Eiweiß) bei den Mahlzeiten, was bei uns in Deutschland statistisch belegt ist, kommt es mit der Zeit zu einer Schwächung und Übersäuerung verschiedener Gewebe. Schließlich führt dies zu den bekannten "Zivilisationskrankheiten" wie Bluthochdruck, Gicht, Rheuma und anderen Gelenkerkrankungen. Ca. 80% unserer Erkrankungen sind ernährungsbedingt

2. DIE BEDEUTUNG DES DARMS

Spricht man von schlechter Ernährung, so muss die Bedeutung des Darms unbedingt mit beschrieben werden! Schlechte Ernährung beeinflusst nachhaltig das gesamte Darmmilieu. An der Verdauung der aufgenommenen Nahrungsmittel sind viele Bakterien wesentlich beteiligt, die in Einklang mit unserem Körper die Darmwand besiedeln. Erhalten die Bakterien nun hauptsächlich leicht spaltbare Stoffe wie z.B. Zucker oder Weißmehlprodukte, so wird das Gleichgewicht, in dem die verschiedensten Bakterienstämme leben, gestört.

Als Folge entwickeln sich Bakterienarten, die eine schädliche Wirkung auf das Darmmilieu entfalten. Sehr häufig wachsen auch Pilze im Darm, die bei länger bestehender Milieuänderung Organe infizieren können. Zum einen benutzen sie für uns wichtige Nahrungsbestandteile für ihre eigene Ernährung - sie sind regelrechte Vitaminräuber -, zum anderen belasten sie unseren Organismus durch die dabei entstehenden giftigen Stoffwechselprodukte außerordentlich stark.

Das Immunsystem wird in seiner Funktion wesentlich beeinträchtigt. Der Körper wird anfälliger für Infektionserkrankungen. Auch die Haut kann sich verändern. Akne, Neurodermitis und Psoriasis, gesteigerte Allergiebereitschaft können u.a. hierin ihre Ursache finden.

3. MANGELHAFTHE MUNDHYGIENE

Ein weiterer ausschlaggebender Faktor bei der Entstehung der Parodontose ist eine unzureichende Mundhygiene. Bei jeder Mahlzeit entstehen Zahnbeläge, sog. Plaques, die sich vor allem am Zahnfleischrand und in den Nischen zwischen den Zähnen festsetzen. Diese Beläge bilden sich besonders stark beim Verzehr von Süßigkeiten, Kuchen, Weißmehlbackwaren oder ähnlichem. Werden sie nicht mit der Zahnbürste gründlich entfernt, erhärten sie mit der Zeit zu Zahnstein und greifen den Zahnhalteapparat an.

4. REIZFAKTOREN IN DER MUNDHÖHLE

überstehende Füllungsrande, zu große Zahnkronen, schlecht sitzende Prothesen und ungünstige Zahnbelastungen können das Zahnbett zusätzlich reizen und Entzündungen hervorrufen - ebenfalls unverträgliche Füllungs-, Kronen- oder Prothesenmaterialien.

5. ANDERE FAKTOREN

Bestehende innere Erkrankungen, z.B. Diabetes, und auch erblich bedingte Stoffwechselstörungen können die Ausbildung

einer Parodontose begünstigen.

Zusammenfassung

Bewerten wir alle aufgeführten Ursachen für die Entstehung einer Parodontose, so müssen wir eindeutig feststellen, dass eine richtige Ernährung von allergrößter Bedeutung ist.

Nachfolgend noch einmal die geordnete Aufstellung der Schritte, die zu einer Parodontose führen können:

1. falsche Ernährung
2. Übersäuerung
3. Zahnfleischveränderungen
4. mehr Zahnbeläge
5. Zahnfleiscentzündungen
6. Taschenbildung
7. Knochenrückgang
8. Parodontose
9. Zahnverlust
10. Entstehung anderer Erkrankungen