

Liebe Patienten,

zum Jahresausklang, rechtzeitig vor Weihnachten, melden wir uns nochmal mit einer weiteren Ausgabe unseres Newsletters. Diesmal haben wir zwei Themen für Sie aufgegriffen, zu denen wir häufig von Patienten angesprochen werden - das nächtliche Zähneknirschen und das weitverbreitete Problem Mundgeruch. Sollten Sie Fragen zu den Beiträgen oder zu anderen Themen und Anliegen haben, können Sie sich natürlich jederzeit gerne an unser Team wenden.



Klinikleitung: Dr. Jürgen Oberbeckmann, Dr. Philip Abramowski, Dr. Carolin Gerckens, Dr. Stefan Günther

Mundgeruch macht einsam

Wenn Zähne, Zahnfleisch und Zunge nicht gut gepflegt werden droht Mundgeruch.

Fast etwa jeder dritte deutsche Bürger hat chronischen Mundgeruch („Halitosis“) – und oft sind es die Anderen, die das bemerken, denn die eigene Nase gewöhnt sich an den schlimmen Geruch. Bei den meisten Patienten (ca. 90%) sind die Ursachen in der Mundhöhle zu suchen, wie die Deutsche Gesellschaft für Parodontologie (DGParo) nachgewiesen hat. Häufig setzen sich auf der rauen Oberfläche der Zunge Bakterien fest, die auch ohne Sauerstoff leben können. Es bilden sich unangenehme schwefelige Gase.

Regelmäßige Zungenreinigung mit einem speziellen Zungenreiniger ist sinnvoll, doch man sollte darauf achten, dies nicht zu übertreiben. Eine gesunde Zunge hat einen dünnen weißlichen Belag.

Mundgeruch kann sich auch entwickeln, wenn Kronen schlecht sitzen oder wenn sich Bakterien in Zahnfleischtaschen niederlassen, die sich durch Zahnfleischtzündungen gebildet haben. Bakterien lassen sich zudem gern in Zahnzwischenräumen nieder. Der Zahnarzt hilft dabei, Bakterienansiedlungen zu vermeiden, gegebenenfalls zu beseitigen.





Ursachen können zwar auch Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes mellitus („Zucker“), kranke Mandeln oder Nasennebenhöhlenentzündungen sein, aber häufig wurden schon Magenspiegelungen und Mandeloperationen empfohlen, wo der Besuch beim Zahnarzt eine gute Lösung bedeutet hätte. Vorsorge beim Zahnerhalt, das richtige Reinigen der Zähne, regelmäßige Kontrolle - also rundum sichere Mundhygiene - schützen nicht nur vor Zahnverlust, sondern tragen auch zu einem guten Atem bei.

Sofortige Hilfe gegen Mundgeruch bieten Mundspülungen mit 3% Wasserstoff oder Listerineprodukte.

Jeder Zehnte knirscht nachts im Schlaf mit den Zähnen

Betroffene klagen häufig über Kopf- oder Gesichtsschmerzen, ein Druckgefühl im Kiefer oder Nackenverspannungen. Und natürlich leiden auch die Zähne. Schnell kann es zu starken Kauflächenabnutzungen, SchmelzrisSEN und Überempfindlichkeit der Zahnhälsen kommen. Kein Wunder, denn durch die starke Kiefermuskulatur können Kräfte von mehreren hundert Kilo auf die Zähne wirken.

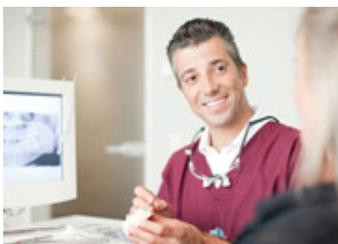
Die Gründe für das nächtliche Knirschen (Bruxismus) können sehr vielschichtig sein. Unter anderem ist Stress häufig ein Auslöser. Aber auch Zahnfehlstellungen, der falsche Biss und Funktionsstörungen im Kiefergelenk können Ursache des nächtlichen Knirschens sein.

Schnelle und zuverlässige Hilfe bieten individuell angefertigte Aufbiss-Schienen, die nachts getragen werden. Wichtig ist in diesem Zusammenhang jedoch die sorgfältige Diagnostik. Denn Ziel ist es nicht nur, die Zähne durch die Schiene zu schützen. Vielmehr gilt es, Zähne, Kiefer und Muskulatur wieder in ein harmonisches Gleichgewicht zu bringen.



Unsere moderne computergestützte Funktionsanalyse liefert präzise Daten und gibt Aufschluss über die richtige Schienen-Therapie sowie über weitere eventuelle Lösungsansätze für eine dauerhafte Problembeseitigung.

Sprechen Sie uns an, wenn Sie unter den genannten Symptomen leiden. Wir beraten Sie gerne.



[WWW:ZAHNKLINIK-ESSEN:DE](http://WWW.ZAHNKLINIK-ESSEN.DE)