



Zahnfleisch Fehlen
Hormone, müssen wir
uns doppelt gut um
die Gesundheit des
Mundraumes kümmern

Der Facharzt erklärt

Schaden die Wechseljahre etwa auch den Zähnen?



Experte

Dr. Jochen H. Schmidt ist zahnärztlicher Leiter des Carree Dental in Köln

Schlechte Hygiene ist nicht der einzige Grund für Blutungen beim Zähneputzen

Dass man sich in den Wechseljahren mit Hitzezwallungen und Stimmungsschwankungen herum schlagen muss, ist bekannt. Doch der Abfall der weiblichen Hormone, der in dieser Zeit passiert, der bei einer Blutuntersuchung erkannt werden kann, betrifft auch

andere Teile des Körpers. So z.B. die Zähne, sagt Dr. Jochen H. Schmidt, zahnärztlicher Leiter des Carree Dental in Köln.

Durch die Umstellung im Körper nimmt auch die Speichelproduktion ab, warnt der Experte.

Speichel hält den Mund gesund

Die Flüssigkeit bewahrt die Schleimhäute normalerweise vor dem Austrocknen, sie tötet Bakterien und Viren in der Mundhöhle ab und schützt den Zahnschmelz vor Säuren. Außerdem versorgt sie die Beißer mit wichtigem Kalzium.

Aber nicht die Zähne selbst, sondern vor allem das Zahn-

Unbehandelt kann eine Parodontitis entstehen – das gesamte Zahnbett ist entzündet



fleisch wird durch das fehlende Östrogen geschwächt. Das Risiko für Entzündungen steigt, Experten sprechen dann von einer hormonellen Gingivitis.

Sollte in den Wechseljahren also vermehrt Zahnfleischbluten auftreten, ist das nicht unbedingt ein Zeichen für mangelhafte Mundhygiene. Zum Zahnarzt sollte man aber trotzdem regelmäßig gehen. „Bei einer Zahnfleischentzündung ist es wichtig, dass der Zahnarzt die schädlichen Zahnbeläge entfernt und dann die Zahnfleischtaschen reinigt“, betont Dr. Schmidt. „Ansonsten droht die Gefahr, dass die Gingivitis in eine sogenannte Parodontitis übergeht. Dann ist nicht nur das Zahnfleisch von der Entzündung betroffen, sondern das gesamte Zahnbett.“

Um eine Ausbreitung zu vermei-



Fehlt es an Östrogen, nimmt die Gesundheit des Zahnfleisches ab. Eine Blutuntersuchung gibt Aufschluss über einen Mangel

den, wird die Gingivitis schonend per Laser oder Ultraschall behandelt. Auch desinfizierende Mundspülungen oder gar Antibiotika kommen zum Einsatz.

Außerdem immer wichtig, auch wenn das Zahnfleisch blutet: morgens und abends drei Minuten Zähneputzen, am besten mit einer weichen Bürste. Der extra Vorsorgetipp von Dr. Schmidt: „Spätestens alle sechs Wochen die Bürste wechseln!“