



Hinten, innen, oben: Zahnpflege mit Langzeitwirkung

Zähneputzen allein reicht nicht immer: Was Experten über den Nutzen professioneller Mundhygiene sagen

Karin Pollack

Wer seine Zähne möglichst lange behalten will, putzt, verwendet Zahnseide und geht regelmäßig zum Zahnarzt. So weit, so bekannt. Immer öfter empfehlen Zahnärzte regelmäßige Mundhygiene, weil dadurch hartnäckige Plaque entfernt wird. Denn im Zahnbelag sammeln sich Bakterien und schädigen Zahn und Zahnfleisch. Wirkt sich professionelle Zahnreinigung (PZR) aber tatsächlich positiv auf den Zahnerhalt aus? "Es gibt einstweilen noch zu wenig Evidenz-basierte Daten, die den prophylaktischen Nutzen von PZR belegen würde", sagt Andrea Bodenwinkler, Expertin im Projekt Zahnstatus beim Österreichischen Bundesinstitut für Gesundheitswesen ÖBIG. Corinna Bruckmann, Parodontologin von der Bernhard-Gottlieb-Universitätszahnklinik in Wien empfiehlt professionelle Zahnreinigung deshalb nicht "nach dem Gießkannenprinzip", sondern nach individuellem Risiko - etwa bei Zahnfleischentzündungen, das sind bei den 35- bis 50-Jährigen immerhin 54 Prozent aller Frauen und 45 Prozent aller Männer. "Es macht Sinn, Beläge und Zahnstein zu entfernen, weil Entzündungen und/oder Karies damit verringert werden", so Bruckmann.

Einer der Apologeten der professionellen Zahnreinigung als Prophylaxe ist der schwedische Zahnarzt Per Axelsson, der in einer Studie über einen Zeitraum von 30 Jahren an 385 Patienten zeigen konnte, dass durch professionelle Mundhygiene die Anzahl von Karies und

Zahnfleischentzündungen und Parodontitis verringert werden konnte. "Das Studiendesign entspricht allerdings nicht ganz modernen Anforderungen an Evidenz-basierte Medizin", schränkt Bruckmann ein. Zahngesundheit sei ein sehr komplexes Thema, bei dem neben dem täglichen sachgerechten Zähneputzen auch genetische Veranlagung und Ernährungsgewohnheiten eine sehr große Rolle spielen. Nur den Fokus auf PZR zu legen sei zu eng.

Nur ja keine Entzündung

Das bestätigt auch der Wiener Zahnarzt Peter Kotschy, der in seiner Praxis grundsätzlich nur mit Mikroskop arbeitet und Zahnschäden früher als seine Kollegen ohne Mikroskop erkennt. Sein Ratschlag: "Jeder Mensch sollte seine Anfälligkeit für Karies oder Zahnfleischentzündung kennen und dementsprechend sorgfältig sein", rät er. Wer zu Zahnfleischbluten neigt, sollte rasch reagieren. "Ich sehe aber auch an vielen Patienten, dass professionelle Zahnreinigung durchaus schaden kann", sagt Kotschy. Was er meint? Die Werkzeuge der PZR, die Einkerbungen am Schmelz hinterlassen. Kotschy sieht sie im Mikroskop. Ultraschall sei generell besser, wenn dabei Schmerzen entstehen, sei ebenfalls Vorsicht geboten. Für Kotschy ist entzündetes Zahnfleisch so wie eine Wunde, die sachgerecht vom Arzt zu behandeln ist. Er selbst arbeitet mit einem kinetischem Strahlverfahren, das "in hundert Prozent aller Fälle zu Heilung führt", ist Kotschy überzeugt.

Für Bruckmann ist aber auch die Ausbildung von Prophylaxe-Assistentinnen ein wichtiges Thema. Als Vorstand der Österreichischen Gesellschaft für Parodontologie wartet sie darauf, dass der Katalog für die Ausbildung von Prophylaxe-Assistentinnen vom Gesundheitsministerium standardisiert und damit auch verbindlich wird. Doch Bruckmann schränkt ein: PZR entbindet niemanden von der täglichen Zahnpflege, diese ist entscheidender als PZR.

Gesunde Zähne: Gut gepflegt ist halb gewonnen. Foto: Picturedesk