



**WIR
ERHALTEN
ZÄHNE.**

Werter Patient,

Sie sind in einer der vergangenen Sitzungen von uns über eine in Ihrem Mund vorliegende Parodontalerkrankung - eine Erkrankung des Zahnhalteapparates - informiert worden. Und wie notwendig und wichtig eine Behandlung dieser Erkrankung für den Erhalt Ihrer Zähne ist.

Diese Informationen wurden von uns speziell für Sie zusammengestellt. Bitte nehmen Sie sich ein paar Minuten Zeit und lesen Sie diese Broschüre sorgfältig durch. Es soll Ihnen zum Verständnis der Erkrankung und als praktische Hilfe dienen. Denn nur mit dem entsprechenden Wissen kann man erfolgreich behandeln und erfolgreich sein!

Für auftretende Fragen stehen wir Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung.

Ihr Praxisteam Helbig

Parodontitis – zu viele wissen zu wenig

Hinter dem Begriff *Parodontitis* verbirgt sich eine Entzündung des Zahnhalteapparates. Eine Erkrankung, an der neun von zehn Bundesbürgern an mindestens einem Zahn leiden. Die Entzündung des Zahnhalteapparates ist neben der Zahnkaries das häufigste Krankheitsbild in der Zahnheilkunde. Eine wichtige Rolle als Ursache spielen die Bakterien im Zahnbelag.

Obwohl die Parodontitis als „**Volkskrankheit**“ zu verstehen ist, ist das Wissen über Ursachen, Verlauf, Behandlung und Vorbeugung gegen diese Erkrankung mehrheitlich unzureichend. Warum ist das so? Eine Parodontitis ist in der Regel nicht schmerzhaft – das unterscheidet sie von vielen anderen

Entzündungsreaktionen im Körper. Dem anfänglich oftmals einzigen **Warnzeichen** – Zahnfleischbluten beim Zähneputzen – messen die meisten Menschen keine allzu große Bedeutung bei.

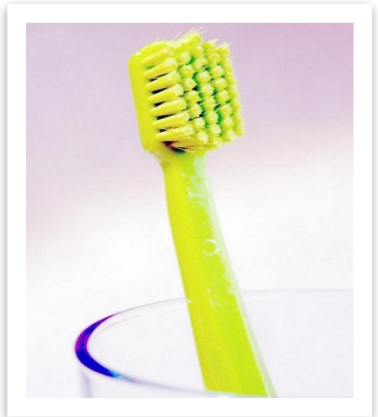
Wissenschaftliche Erhebungen zeigen darüber hinaus, dass fast 70 Prozent der Bevölkerung in Deutschland einer **effektiven**

Mundhygiene keinen

entscheidenden Einfluss auf die Prävention gegen parodontale

Erkrankungen zuschreiben. Weitere 60 Prozent glauben, dass die Entstehung von Zahnstein unvermeidbar sei. Ein Drittel der Bevölkerung besitzt ein unzureichendes Wissen über entsprechende Zahnpflegetechniken und macht von der Zahn-zwischenraumhygiene nur selten

Gebrauch. Bei diesen Ergebnissen wird schnell klar, warum die vorhandenen Möglichkeiten zur Prävention gegen Parodontitis in der deutschen Bevölkerung so wenig genutzt werden: **Denn ohne ausreichende Kenntnis von Ursachen und Zusammenhängen kann keine erfolgreiche Prophylaxe betrieben werden.**



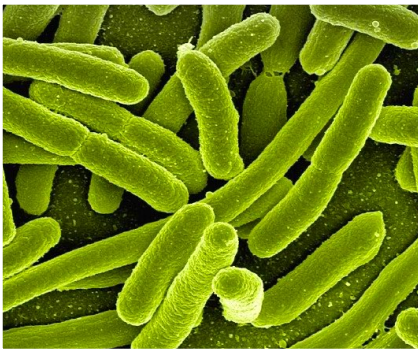
Des Weiteren herrscht weitgehende Unkenntnis über die negativen Auswirkungen von Parodontalerkrankungen auf den gesamten Organismus: Mehr als 60 Prozent der Befragten können von sich aus keinerlei Folgerisiken einer unbehandelten Parodontitis nennen. Dabei kann sich eine chronische Entzündung des Zahnhalteapparates deutlich negativ auf weit verbreitete

Allgemeinerkrankungen wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Typ-2-Diabetes auswirken. Selbst das Risiko, in der Schwangerschaft eine Frühgeburt zu erleiden, kann durch eine unbehandelte Parodontitis unter Umständen stark erhöht werden.

Das mangelnde Wissen über Parodontitis führt dazu, dass die Erkrankung bei den Betroffenen unbemerkt beginnt

und unbehandelt immer weiter fortschreitet. Am Ende steht dann oft der Verlust eines oder mehrerer Zähne, was bei rechtzeitiger **Diagnose** hätte vermieden werden können. Mit vergleichsweise einfachen, regelmäßig zu wiederholenden Maßnahmen lässt sich das Risiko für eine Parodontalerkrankung deutlich senken und eine bereits bestehende Entzündung kann – auch im fortgeschrittenen Stadium – noch erfolgreich behandelt werden.

Wir wollen helfen, praktische Hilfestellung für eine erfolgreiche **Parodontalprophylaxe** geben.



Wie entsteht eine Parodontitis?

In der Mundhöhle gibt es mehr als 600 unterschiedliche **Bakterienarten**. Nur wenige dieser Bakterien sind für die Mundgesundheit wirklich gefährlich. Diese Bakterien bilden einen *Biofilm* (Plaque, Zahnbelag) auf der Zahnoberfläche bzw. am Zahnfleischrand oder in den Zahnzwischenräumen. Wird dieser

Biofilm nicht regelmäßig und gründlich entfernt, dringen die **Giftstoffe** einiger Bakterienarten in das Zahnfleischgewebe ein. Dies führt dazu, dass die körpereigene Abwehr, das Immunsystem, auf diesen bakteriellen Angriff mit einer Entzündung reagiert. Dieses frühe Stadium einer durch Plaque ausgelösten oberflächlichen Entzündung des Zahnfleisches wird als **Gingivitis** bezeichnet. Typisches Anzeichen einer Gingivitis ist eine Rötung des Zahnfleisches. Im weiteren Verlauf entstehen eine sichtbare Schwellung und eine rasche Blutungsneigung beim Zähneputzen oder Kauen.

Eine Parodontitis verläuft wie folgt:

1. Bildung von bakterieller Plaque am Zahn
2. Infektion
3. Entzündung
4. Gewebeabbau

Der Krankheitsverlauf ist jedoch individuell sehr unterschiedlich ausgeprägt. In der Regel schützt ein effektiv arbeitendes Immunsystem unseren Körper sehr wirksam gegen aggressive Mundhöhlenbakterien. Da die Zähne jedoch anatomisch bedingt eine ausgesprochene Schwachstelle in Bezug auf das Eindringen von Keimen in den Körper darstellen, kann jede kleine Schwäche in den natürlichen Abwehrmechanismen zu einer starken Zunahme bakterieller Plaque am Zahn und damit zu einer schädlichen Entzündungsreaktion führen. Wir wissen heute, dass es eine ganze Reihe von **Risikofaktoren** gibt, die die Wirksamkeit der natürlichen Schutzmechanismen beeinträchtigen und damit das Risiko für die Entstehung einer Parodontitis erhöhen können.

Besondere Risikobedingungen

- unzureichende Mundhygiene
- Rauchen
- Diabetes mellitus
- hormonelle Veränderungen
- Übergewicht
- Stress

Zu den wichtigsten gehören das *Rauchen*, ein *unbehandelter Diabetes mellitus*, *psychosozialer Stress*, *Übergewicht* bzw. Fehl- und Mangelernährung sowie eine Reihe genetisch festgelegter (vererbter) *Funktionsstörungen des Immunsystems*. Aber auch *hormonelle Veränderungen* (etwa in der Pubertät, während des Menstruationszyklus, der Schwangerschaft oder der Wechseljahre) können die natürlichen Schutzmechanismen so beeinträchtigen, dass ohne eine effektive und regelmäßig durchgeführte Mundpflege

eine fortschreitende Zerstörung des Zahnhalteapparates droht.

Welche Symptome deuten auf eine Parodontitis hin?

- Zahnfleischblutung (z.B. bei der häuslichen Mundhygiene oder auch spontan)
- Schwellung und Rötung des Zahnfleisches
- Zahnfleischrückgang
- empfindliche Zahnhälse
- dauerhafter Mundgeruch oder ein fortwährend unangenehmer Geschmack im Mund
- Eiteraustritt aus den Zahnfleischtaschen
- gelockerte Zähne

Die gesicherte Diagnose einer Parodontitis kann ausschließlich der Zahnarzt stellen. Im Rahmen einer zahnärztlichen Kontrolluntersuchung kann er u.a. mit Hilfe des Parodontalen Screening Index (PSI) den Gesundheitszustand des Zahnhalteapparates überprüfen. Die Kosten dafür werden alle zwei Jahre von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen. Ergibt die PSI-Untersuchung einen ersten Verdacht auf eine bestehende Parodontitis, werden weitere Untersuchungen notwendig, wie eine ausführliche Bestimmung der Zahnfleischtaschentiefe und der dabei auftretenden Blutung. Auch die Erstellung von Röntgenbildern des Gebisses und Tests zur Identifizierung krankheitsauslösender Bakterien in den Zahnfleischtaschen (sog. Keimtest) sind wichtige diagnostische Hilfsmittel, um das Ausmaß einer Parodontitis genau zu bestimmen. Mehr zu den verschiedenen Diagnosemöglichkeiten erfahren Sie auf den folgenden Seiten.

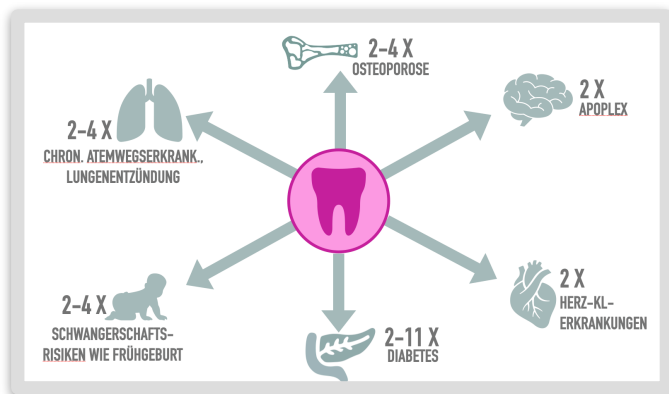
Obwohl eine fortschreitende Parodontitis meist lange Zeit völlig schmerzlos bleibt, gibt es dennoch einige

Warnsignale, die auf eine Erkrankung des Zahnhalteapparates hindeuten:

Welche Folgen kann eine Parodontitis haben?

Wird eine Entzündung des Zahnhalteapparates nicht behandelt, werden der Kieferknochen und die Gewebe, die die Zahnwurzel im Kieferknochen verankern, zunehmend zerstört.

Dies führt langfristig unweigerlich zu Zahnlockerungen und schließlich zum Zahnverlust. Wenigen ist bewusst, dass bei einer solchen chronischen Entzündung eine Wundfläche von mehr als 70 cm² entsteht – das entspricht in etwa der Größe einer Handfläche. Durch diese Wunden im Gewebe können die aggressiven Parodontitisbakterien in den Blutkreislauf und damit in den ganzen Körper gelangen.



Studien haben gezeigt, dass Parodontitis und Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems nicht nur gemeinsame Risikofaktoren haben, sondern dass die bei einer unbehandelten Parodontitis in die Blutgefäße

eindringenden Bakterien auch Arteriosklerose auslösen können. Dadurch kann eine Parodontitis das Risiko für koronare Herzerkrankungen und damit für einen Herzinfarkt erhöhen und in bereits vorgeschädigten Blutgefäßen das Risiko für einen Schlaganfall verstärken. Parodontitis ist also keine auf den Mund beschränkte Erkrankung, sondern kann zu einem Gesundheitsrisiko für den ganzen Körper werden.

Parodontitis als Risikofaktor für...

- ☑ Herz-Kreislauf-Erkrankungen: Das Risiko an einer Herz-Kreislauf-Erkrankung wie z.B. Herzinfarkt- und Schlaganfall (Ursache ist ein Gefäßschaden) zu erkranken steigt
- ☑ Diabetes-Patienten: Verstärkung des Diabetes und Verschlechterung der Blutzuckerwerte
- ☑ Schwangerschaft: Zusammenhang zwischen Parodontitis und Frühgeburt mit geringerem Geburtsgewicht (ca. 7,5 fach höheres Frühgeburtsrisiko!)
- ☑ Lungenkrankheiten: Bakterien können Lungenentzündung und Bronchitis auslösen

Wie wird eine Parodontitis behandelt?

Ziele der **Parodontalbehandlung** sind der Erhalt möglichst aller Zähne und die Genesung des erkrankten Zahnhalteapparates. Dazu müssen zunächst sorgfältig die bakteriellen Beläge in den Zahnfleischtaschen von den befallenen Zahnflächen entfernt werden. Dies führt zur Beseitigung der Entzündung im Zahnhalteapparat und zu einer Verminderung der entzündlich vertieften Zahnfleischtaschen. Diese können mit Hilfe guter häuslicher Zahnpflege in Verbindung mit einer entsprechenden Nachsorgebehandlung vor einer erneuten Entzündung durch aggressive Parodontitiseime wirksam geschützt werden.



Eine systematische Parodontitis-therapie gliedert sich üblicherweise in verschiedene Phasen. In der sogenannten **Initial- oder Hygienephase** erhalten

Betroffene eine eingehende praktische Unterweisung in eine effektive häusliche Zahnpflege. Neben der ausführlichen Aufklärung über das Krankheitsbild, der Erstellung eines sog. Hygienestatus wird besonders der korrekten Gebrauch verschiedener Hilfsmitteln zur Zahnpflege erläutert und geübt. Besonders wichtig ist hierbei die Reinigung der Zahnzwischenräume. Ebenfalls werden Zahnstein und weiche Beläge entfernt und es erfolgen Kontrollen der Verbesserung der Mundhygiene. Allein diese Vorbehandlung verringert bereits die äußerlich sichtbaren Zeichen einer Zahnfleischentzündung sehr deutlich.

Diese beschriebene Vorbehandlung bildet die Voraussetzung für die zweite Phase der Therapie. Die Kosten für diese Vorbehandlung werden *nicht* von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen, da es sich hierbei um Prophylaxemaßnahme handelt und somit in die Verantwortlichkeit (und den Geldbeutel) des Patienten gehört. Die Leistungen für diese Initialphase müssen wir Ihnen somit privat in Rechnung stellen (nach GOZ 2012 und/oder GOÄ '82). Es sind in der Regel drei Sitzungen nötig (Unterweisung und zwei Kontroll Sitzungen). Wichtig ist, dass Sie nicht verzweifeln, wenn nicht alles gleich so gut funktioniert; nur Übung macht den Meister, das gilt auch bei der Mundhygiene!



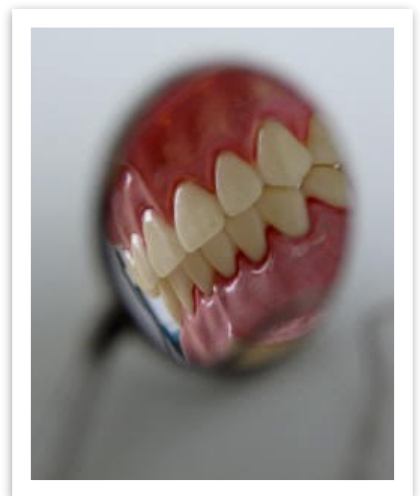
Danach folgt die eigentliche **Parodontaltherapie**, bei der unter lokaler Betäubung der für den Krankheitsprozess primär verantwortlichen bakteriellen Biofilme in den Zahnfleischtaschen entfernt wird. Hierzu verwenden wir speziell geformte Handinstrumente oder maschinelle Ultraschallreinigungsgeräte. Die Krankenkassen übernehmen meist

die Kosten einer solchen Therapie. In vielen Fällen reicht diese Therapie bereits aus, um den Entzündungsprozess

an den betroffenen Zähnen vollständig zu hemmen. Bei besonders tiefen und unzugänglichen Zahnfleischtaschen muss jedoch durch einen kleinen parodontalchirurgischen Eingriff ein direkter Zugang zu den betroffenen Zahnflächen geschaffen werden, um diese unter direkter Sicht gründlich zu reinigen. Bei Patienten, die unter einer schwierigen Verlaufsform der Parodontitis leiden, kann es darüber hinaus sinnvoll sein, die mechanische Zahnreinigung durch die Anwendung ätherischer Öle oder durch die Einnahme von Antibiotika zu ergänzen, um Parodontitiseime gezielt zu eliminieren. Diese Möglichkeit verbessert den Therapieerfolg; hierzu ist es sinnvoll die vorhandenen Keime **vor** Therapiebeginn mit Hilfe eines **Keimtests** zu identifizieren. Keimanzahl und Keimart werden bestimmt und damit kann gezielt ein Präparat für Ihre „Bedürfnisse“ bzw. eine Zusammenstellung verschiedener Öle ausgewählt werden. Gezielte Therapie durch gezielte Diagnostik!

Nach der mechanischen Reinigung wird sofort mit der Medikamenteneinnahme begonnen, so dass das Antibiotikum oder die ätherischen Öle ihre Wirkung sehr gut entfalten können. Die Kosten für den Keimtest müssen Sie privat tragen. Falls Sie sich für diese Möglichkeit der Verbesserung des Therapieerfolges interessieren, informieren Sie uns rechtzeitig.

Da Patienten, die an Parodontitis erkrankt sind, in der Regel eine lebenslang erhöhte Anfälligkeit für bakterielle Entzündungen aufweisen, muss sich an eine erfolgreiche Therapie eine dauerhafte und regelmäßige **Nachsorge- und Erhaltungstherapie (Recall)** anschließen. Diese umfasst neben einer Kontrolle der Effizienz häuslicher Zahnpflege vor allem eine gründliche professionelle Reinigung aller bakteriell



befallenen Zahnflächen oberhalb und unterhalb des Zahnfleisches durch den Zahnarzt bzw. speziell geschulte zahnärztliche Assistenzkräfte. Diese Nachsorge sollte je nach Schweregrad 2-4 x jährlich erfolgen. Sie trägt maßgeblich zum Erfolg der Behandlung bei; dies haben Langzeitstudien deutlich gezeigt. Leider gehört auch sie nicht in den Leistungskatalog der gesetzlichen Krankenkassen und muss somit privat in Rechnung gestellt werden. Die Kosten hierfür richten sich nach Aufwand und Anzahl der zu reinigenden Zähne.

Zur Unterstützung der Nachsorgebehandlung bieten wir Ihnen die Aufnahme in unseren Recall-Service an, der sie rechtzeitig an nötige Nachsorgetermine erinnert. Falls Sie auch telefonisch, schriftlich oder per e-Mail erinnert werden möchten, können Sie uns gerne nach diesem Service fragen. Ein Rücktritt ist selbstverständlich jederzeit ohne Angabe von Gründen möglich.



Der richtige Schutz vor Parodontitis

Grundsätzlich gilt: Wo keine **Beläge** sind, kann auch keine Gingivitis oder Parodontitis entstehen. Deswegen ist die tägliche Mundhygiene zu Hause – richtig durchgeführt – ein wichtiges Element der erfolgreichen **Parodontitisprophylaxe**.

Für die Gesunderhaltung des Zahnhalteapparates sind die tägliche Verwendung einer geeigneten Zahnbürste und einer fluoridhaltigen Zahnpaste (die im Idealfall Anti-Plaque-Wirkstoffe enthält) sowie die Anwendung von Hilfsmitteln zur Reinigung der Zahnzwischenräume unverzichtbar. Besondere Aufmerksamkeit gilt der **Reinigung der Zahnzwischenräume**, da diese für die Zahnbürste schwer oder gar nicht erreichbar sind. Hierfür eignen sich

Zahnseide oder sogenannte Interdentalbürstchen. Die Wahl sollte unter Berücksichtigung der eigenen Geschicklichkeit, der individuellen Zahnstellung und der Größe der Zahnzwischenräume erfolgen; wir werden bei der Auswahl behilflich sein. Da das Zahnfleischgewebe sehr empfindlich ist, sollte die Anwendung der Hilfsmittel unbedingt in der Zahnarztpraxis eingeübt werden. Mundspüllösungen können eine sinnvolle Ergänzung der täglichen Mundhygiene darstellen, sind aber grundsätzlich kein Ersatz für Zahnpaste und -bürste.

Regelmäßige Kontrollbesuche beim Zahnarzt sind ebenfalls unerlässlich, um die Mundgesundheit langfristig zu erhalten. So können Entzündungszeichen am Zahnfleisch und Zahnhalteapparat, Veränderungen an den Schleimhäuten, aber auch Erkrankungen an den Zähnen frühzeitig erkannt werden. Je früher eine Erkrankung diagnostiziert wird, desto geringer ist der Behandlungsaufwand, um das gestörte Gleichgewicht wiederherzustellen. Der dritte grundlegende Baustein der oralen Prophylaxe ist die Professionelle Zahnreinigung (PZR), die abhängig vom individuellen Erkrankungsrisiko in regelmäßigen Abständen durchgeführt werden sollte. Für Patienten die eine Parodontitis-Therapie erhalten haben, ist das **Nachsorge**programm (s. oben) die entsprechende Maßnahme.

Das kontinuierliche Zusammenspiel dieser Prophylaxemaßnahmen sichert langfristig den **Erhalt der Mundgesundheit** und bietet einen wirksamen Schutz vor den häufigsten Erkrankungen der Mundhöhle.

Kurze Zusammenfassung der Behandlungsabläufe:

Vorbehandlung

- ☑ Klärung der Ursachen und ggf. deren Ausschaltung
- ☑ Zahnsteinentfernung, Erhebung des Mundhygienestatus
- ☑ Mundhygieneinstruktion und Kontrolle des Übungserfolgs
- ☑ Erstellung eines parodontalen Behandlungsplans
- ☑ Röntgendiagnostik
- ☑ Familienanamnese
- ☑ Feststellung der Erhaltungswürdigkeit
- ☑ evtl. Extraktion
- ☑ ggf. parodontaler Keimtest

Reinigung

- ☑ Reinigung der Zahnfleischtaschen mittels Ultraschallgerät
- ☑ ChX-Spülung zur Entfernung des Biofilms
- ☑ ggf. chirurgische Maßnahmen zur Verbesserung der Strukturen
- ☑ ggf. Antibiotikatherapie oder Behandlung mit ätherischen Ölen

Nachsorge

- ☑ regelmäßige Reinigung der verbliebenen Taschen (Recall)
- ☑ Mundhygienekontrolle
- ☑ Zahnsteinentfernung
- ☑ ggf. Politur/Airflow®

Ziel der gesamten Therapie ist der Erhalt der eigenen Zähne. Der wichtigste Faktor für einen Erfolg ist die Mitarbeit des Patienten!!

Weitere Möglichkeiten bei einer Parodontitis...

Nach der Behandlung stehen korrigierende, operative Methoden zur Verfügung, um Knochenstruktur und Ästhetik zu verbessern. Beispielsweise:

- ☒ Reinigung der Taschen unter Sicht z.B. bei komplizierten Zugangsverhältnissen (Lappenoperation)
- ☒ Auffüllen von Knochentaschen mittels Knochenersatzmaterial
- ☒ Zahnfleischoperationen zur Verbesserung der „Zahnfleischästhetik“
- ☒ Gesteuerte Geweberegeneration mittels Membrantechnik oder speziellen Proteinen (operativer Eingriff)
- ☒ Entfernung von Zahn- oder Wurzelteilen

Falls Sie noch Informationen zur Erkrankung, der Therapie oder zu anderen Themen benötigen, wenden Sie sich vertrauensvoll an uns! Wir werden versuchen all Ihre Fragen zu klären!

Das Team der Zahnarztpraxis Helbig



Ihre Fragen an uns:



Kichstr.6
09419 Thum
Tel | 037297-2257
Fax | 037297-764941
www.praxishelbig.de
info@praxishelbig.de