

Diabetes als Risiko für die Zahngesundheit

Diabetes mellitus ist eine chronische Stoffwechselerkrankung, die mit einer andauernden Erhöhung des Blutzuckers einhergeht. Etwa 10 Prozent der Menschen in Deutschland haben Diabetes und damit oft auch Folgeerkrankungen. Bekannt ist vor allem das Diabetische Fußsyndrom. Von Folgekrankheiten sind häufig auch Augen und Nieren, das Herz und die Blutgefäße betroffen. Diabetes ist aber auch ein Risiko für die Zahngesundheit.



© Pixel-Shot | shutterstock.com

Parodontitis kann Folgeerkrankung sein
Klinische Studien zeigen, dass auch Parodontitis zu den häufigen Folgeerkrankungen des Diabetes gehört. Menschen mit Diabetes haben im Vergleich zu Stoffwechselgesunden

ein dreifach erhöhtes Risiko, an Parodontitis zu erkranken. Dauerhaft zu hohe Blutzuckerwerte führen zu einer Schwächung der Widerstandskraft des Zahnhalteapparates, dadurch werden bakterielle Infektionen begünstigt. Die Erreger der Parodontitis gelangen in die Blutgefäße. Dort bewirken die Entzündungsbotenstoffe eine Insulinresistenz der Zellen, was den Blutzucker noch weiter ansteigen lässt. Parodontitis wird umgangssprachlich auch Parodontose genannt.

Mundgesundheit

Menschen mit Diabetes müssen besonders auf ihre Mundgesundheit achten. Auf diese Weise kann die Gefahr von Zahnfleischerkrankungen erheblich reduziert werden. Eine gründliche tägliche Mundpflege in Verbindung mit zahnärztlichen Kontroll- und Prophylaxe-Maßnahmen ist dafür die beste Voraussetzung.

Kontakt

Deutsche Diabetes-Hilfe – Menschen mit Diabetes (DDH-M) e. V.
Schnellerstr. 123
12439 Berlin

Telefon: +49 (0) 63 228 701
Telefax: +49 (0) 63 228 698
E-Mail: info@ddh-m.de
<https://menschen-mit-diabetes.de>
www.ddh-m.de

Werden Sie Unterstützer der DDH-M
Spendenkonto
Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE90 1002 0500 0001 2801 01
BIC: BFSWDE33BER

Unsere kostenlose Diabetes-Nachrichten-App DDH-M Digital

Android



iOS



Eine Parodontitis-Behandlung ist langwierig. Für den Erfolg ist Ihre Mitarbeit von entscheidender Bedeutung. Nehmen Sie Behandlungs- und Nachsorgetermine unbedingt wahr!



Foto Titelseite: © Oksana Kuzmina | shutterstock.com

Stand: 2021



Diabetes mellitus und Zahngesundheit



Deutsche Diabetes-Hilfe – Menschen mit Diabetes (DDH-M)



Zahnfleischerkrankungen bei Diabetes mellitus

Viele Menschen mit Diabetes kennen die Wechselbeziehung von Diabetes und Parodontitis noch nicht. Häufig sind es sogar erst die zahnärztlichen Untersuchungen, bei denen Parodontitis als ein Anzeichen für eine eventuelle Diabeteserkrankung erkannt wird. Bei einem solchen Verdacht sollten Sie Ihren Hausarzt konsultieren und den Blutzucker untersuchen lassen. Die regelmäßigen Vorsorgeuntersuchungen beim Zahnarzt sind also in doppelter Hinsicht wichtig.



Als Patient mit bereits diagnostiziertem Diabetes weisen Sie bitte Ihren Zahnarzt auf die Vorerkrankung hin. Der Zahnarzt wird Ihnen dann spezielle Tipps zur Verbesserung der Mundhygiene geben, um den Erhalt gesunder Zähne zu gewährleisten.

Was ist eine Parodontitis?

Parodontitis ist eine unumkehrbare Zahnfleischentzündung, verbunden mit einem Zurückweichen des Zahnfleisches und Abbau des Zahnhalteapparates. Eine nicht behandelte Parodontitis kann chronisch werden.

Es droht nicht nur der Verlust der Zähne, sondern es können auch innere Organe geschädigt werden. Die Entzündungsstoffe bei Parodontitis führen zu einer vorzeitigen Alterung der Blutgefäße und können Herz-Kreislauf-Erkrankungen auslösen oder verstärken.

Mund- und Zahngesundheit

Das können Sie als Diabetespatient tun

- dem Zahnarzt eine Diabeteserkrankung mitteilen
- regelmäßige zahnärztliche Kontrolluntersuchungen, mindestens halbjährlich
- regelmäßige professionelle Zahnreinigung (PZR) beim Zahnarzt durchführen lassen, mindestens zwei Mal pro Jahr. Das ist bislang keine Regelleistung, wird aber von vielen Krankenkassen bezuschusst
- zwei Mal am Tag nach den Mahlzeiten die Zähne putzen
- fluoridhaltige Zahncreme mit antibakterieller Wirkung nutzen
- täglich die Zahnzwischenräume reinigen, dafür Zahnseide oder Dentalbürsten verwenden
- gemäß Anweisung des Zahnarztes eine Mundspüllösung benutzen
- bei häufigem Zahnfleischbluten und gerötetem Zahnfleisch sofort den Zahnarzt aufsuchen
- auf das Rauchen verzichten
- auf eine gesunde Ernährung achten
- keine zuckerhaltigen Getränke trinken

Anzeichen einer Parodontitis

- schlechter Mundgeruch
- Entzündungen des Zahnfleisches
- Zahnfleischblutungen
- erhöhte Blutzuckerwerte
- Diabetes lässt sich schwer einstellen

Folgen der Parodontitis

- Zahnlockerung bis zum Zahnausfall
- erhöhtes Risiko für Karies
- schlechter Blutzuckerhaushalt
- erhöhtes Risiko für Herzinfarkt und Lungenentzündung

Parodontaler Screening Index (PSI)

rechtzeitig eine Parodontitis erkennen

Die Parodontitis ist eine Erkrankung, die in der Regel nicht mit Schmerzen verbunden ist. Dadurch bleibt sie oft über eine lange Zeit unbemerkt. Als chronische Entzündung verläuft die Parodontitis schubweise und zerstört Gewebe und Knochen, die für den Halt der Zähne verantwortlich sind. Das kann Jahre dauern, aber auch einen rasch fortschreitenden Verlauf nehmen. Die Vorsorgeuntersuchung mit Bezeichnung Parodontal Screening Index PSI durch den Zahnarzt dient dazu, frühe Formen von Zahnbetterkrankungen zu erfassen und bei einer Diagnose eine sofortige Behandlung einzuleiten.

Wie wird der Index PSI erhoben?

Mit Hilfe einer stumpfen zahnärztlichen Spezialsonde wird Zahn für Zahn der Zahnhalteapparat untersucht und mit einem PSI-Code von „gesund“ bis „Verdacht auf eine Parodontitis“ erfasst. Raue Zahnoberflächen, Zahnfleischrückgang oder Zahnlockerung werden gesondert gekennzeichnet. Aus der Erhebung leiten sich Empfehlungen für die weitere Untersuchung und Behandlung ab. Nach der Erhebung des PSI erhalten die Patienten eine schriftliche Information und individuelle Empfehlungen zur Zahnpflege.

Zahnärztliche Parodontitisbehandlung

Ist eine Parodontitis diagnostiziert, zielt die Behandlung auf ein Abklingen der Entzündungen des Zahnhalteapparates ab, um ein Fortschreiten der Erkrankung zu verhindern. In einem Aufklärungs- und Therapiegespräch gibt Ihnen der Zahnarzt Tipps für die Verbesserung der Mundhygiene. Achten Sie darauf, dass Ihr Blutzucker optimal eingestellt ist und sprechen Sie über die Zahnarzt-Diagnose auch mit Ihrem Diabetologen oder Hausarzt. Achtung: Beantragen Sie vor dem Beginn der Parodontitisbehandlung die Kostenübernahme durch die Krankenkasse.