



## MEHR INFORMATIONEN

Wenn Sie Fragen zum Behandlungsablauf oder zur häuslichen Mundpflege haben, zögern Sie nicht, bei Ihrem nächsten Termin Ihr Behandlungsteam darauf anzusprechen.

Wir sind gerne für Sie da.

## PROPHYLAXE-TIPPS FÜR DIE MUNDGESUNDHEIT BEI DIABETES

Neben den eigenen natürlichen Zähnen müssen auch überkronte Zähne und Prothesen sorgfältig gereinigt werden, da z. B. Kronenränder naturgemäß anfälliger für die Anhaftung von Bakterien sind.

Benutzen Sie täglich Hilfsmittel wie Zahnseide oder Zahnzwischenraumbürsten und lassen Sie sich die Handhabung in der Zahnarztpraxis genau erklären.

Auch die Zunge beherbergt viele Bakterien, deshalb ist es empfehlenswert, sie einmal täglich zu reinigen. Dafür gibt es im Handel spezielle Zungenreiniger.

Gehen Sie mindestens zweimal jährlich zur Kontrolluntersuchung und lassen Sie eine professionelle Zahnreinigung (PZR) durchführen. Dabei werden u. a. alle Beläge entfernt und alle weiteren Maßnahmen erläutert, mit denen Sie zu Hause für Ihre Mundgesundheit sorgen können.

Jeder Zahn zählt.



Praxisadresse/Stempel

# DIABETES UND MUNDGESUNDHEIT



**Herausgeber:** Informationszentrum Zahn- und Mundgesundheit (IZZ) Baden-Württemberg

Eine Einrichtung der Kassenzahnärztlichen Vereinigung und der Landes Zahnärztekammer Baden-Württemberg

[www.izzbw.de](http://www.izzbw.de)

ViSdP: Cornelia Schwarz, Leiterin des IZZ

Stand: Februar 2021

Bildnachweis: Adobe Stock / Yuri Arcurs, Maya Kruchancova, Science RF, nuzza11



**INFORMATIONSZENTRUM  
ZAHN- UND MUNDGESUNDHEIT**  
Eine Einrichtung der Kassenzahnärztlichen  
Vereinigung und der Landes Zahnärztekammer  
Baden-Württemberg

## MENSCHEN MIT DIABETES LEIDEN HÄUFIGER UNTER PARODONTITIS

Diabetiker\*innen haben ein dreifach höheres Risiko, an einer Parodontitis zu erkranken. Schwanken die Blutzuckerwerte, treten verstärkt Entzündungsreaktionen auf.

Außerdem ist bei Diabetes das Immunsystem häufig geschwächt. Dadurch können sich schädliche Mikroorganismen z. B. auch in der Mundhöhle stark vermehren, wodurch Infektionen begünstigt werden.

Diabetes wirkt sich zudem negativ auf die Durchblutung aus – Abwehrkräfte und Regeneration des Körpers werden dadurch zusätzlich geschwächt. Dies gilt auch für das Zahnfleisch und den gesamten Zahnhalteapparat.

## DIE URSACHEN FÜR PARODONTITIS

Parodontitis ist eine chronisch entzündliche Erkrankung des Zahnhalteapparates, verursacht durch Mikroorganismen aus dem Zahnbelag.

Erbliche Faktoren spielen eine Rolle, aber auch unzureichende Mundhygiene, Rauchen, Stress oder Allgemeinerkrankungen verschlimmern die Symptome.

Studien haben gezeigt, dass Patient\*innen mit einer langen Erkrankungsdauer und schlecht eingestellten Blutzuckerwerten häufig schwere Entzündungen des Zahnhalteapparates aufweisen.

Ein gut eingestellter Blutzuckerspiegel verbessert die Regenerationsfähigkeit des Zahnhalteapparates und sorgt dafür, dass eine notwendige Parodontitis-Behandlung erfolgreich verlaufen kann.



## GEFÄHRLICHE WECHSELBEZIEHUNG

Die Wechselwirkungen von Diabetes und Entzündungen des Zahnhalteapparates wurden lange Zeit unterschätzt. Inzwischen weiß man, dass nicht nur Diabetes für den Ausbruch einer Parodontitis verantwortlich sein kann, sondern auch umgekehrt eine Parodontitis die Diabetes-Kontrolle erschwert.

Durch die Entzündungen der Zahnfleischtaschen gelangen Bakterien und Entzündungsbestandteile in den Blutkreislauf. Dies führt im Körper einerseits zu systemischen Entzündungen und andererseits wird auch direkt die Zuckeraufnahme aus dem Blut in die Zellen behindert.

Eine Parodontitis hat somit einen negativen Einfluss auf den Blutzuckerspiegel, wodurch die Entstehung von Diabetes gefördert oder die Einstellung einer bereits bestehenden Diabetes erschwert wird.

## NICHT NUR IM MUND GESUND

Welche Bedeutung die Zahnmedizin für die Allgemeingesundheit hat, wurde erst in den letzten Jahren erkannt. Das gilt auch für den Zusammenhang zwischen Parodontitis und Diabetes.

Da sich beide Erkrankungen gegenseitig beeinflussen, kann man die Parodontitis nicht mehr nur als Folgeerkrankung einer Diabetes betrachten. Heute weiß man, dass sich eine unbehandelte Parodontitis negativ auf den Verlauf einer Diabetes-Erkrankung auswirkt.

Durch die frühzeitige Diagnose einer Parodontitis sowie durch entsprechende Behandlungs- und individuelle Vorbeugemaßnahmen können Mund- und Allgemeingesundheit gleichermaßen positiv beeinflusst werden.

Eine sorgfältige Mundhygiene und gute Blutzuckerwerte tragen daher erheblich zur Steigerung der Lebensqualität von Menschen mit Diabetes bei.

