



## PATIENTENBERATUNG

Weitere Informationen gibt es telefonisch bei der Zahnmedizinischen Patientenberatungsstelle – Eine Einrichtung der Zahnärzteschaft Baden-Württemberg.

Die Zahnärzt\*innen der Patientenberatung sind immer mittwochs von 14 bis 18 Uhr unter 0800 47 47 800 erreichbar. Die Patientenberatung ist kostenfrei.

Liegt eine konkrete Behandlungs- und Honorarplanung (Heil- und Kostenplan) des behandelnden Zahnarztes vor, ist es möglich, einen Termin für eine individuelle Patientenberatung in einem der elf Beratungsorte in Baden-Württemberg zu vereinbaren. Neutrale und qualifizierte Beratungszahn\*ärztinnen beantworten Fragen im persönlichen Gespräch. In der Regel findet eine vorherige zahnärztliche Untersuchung statt. Die Terminvereinbarung erfolgt unter der Telefonnummer: 0800 14 24 340.

## ZAHNMEDIZIN UND LEBENSQUALITÄT

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 Zahnbett-Erkrankung, 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 Diabetiker\*innen bei.

**Herausgeber:** Informationszentrum Zahn- und Mundgesundheits (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: Oktober 2020

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

# DIABETES UND MUNDGESUNDHEIT



**IZZ** 

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

## DIABETIKER\*INNEN 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 Diabetiker\*innen das Immunsystem häufig geschwächt. Dadurch können sich schädliche Mikroorganismen in der Mundhöhle stark vermehren, wodurch Infektionen begünstigt werden. Durch die Diabetes-Erkrankung können auch kleine Gefäße betroffen sein, sodass die Selbstheilungskräfte der Gewebe verringert werden. Das gilt auch für die Regenerationsfähigkeit des sensiblen Zahnhalteapparates.



## DIE URSACHEN FÜR PARODONTITIS

Parodontitis ist eine entzündungsbedingte Erkrankung des Zahnhalteapparates, die durch Mikroorganismen aus dem Zahnbelag ausgelöst wird. Unzureichende Mundhygiene, Rauchen, Stress oder Allgemeinerkrankungen verschlimmern die Symptome. Erbliche Faktoren spielen ebenfalls eine Rolle.

Je länger ein/e Patient\*in unter Diabetes leidet, desto schwerer sind die Entzündungen. Auch der Blutzuckerwert spielt eine Rolle. Studien haben gezeigt, dass Patient\*innen mit einer langen Erkrankungsdauer und einem schlecht eingestellten Blutzucker schwerere Entzündungsgrade des Zahnfleisches und des Zahnhalteapparates aufweisen als gut kontrollierte Diabetiker\*innen.

Ein gut eingestellter Blutzuckerspiegel erhöht außerdem die Regenerationsfähigkeit des Zahnhalteapparates und sorgt dafür, dass eine notwendige Parodontitis-Behandlung erfolgreich verläuft.

## GEFÄHRLICHE WECHSELBEZIEHUNG

Die Wechselwirkungen von Diabetes und Entzündungen des Zahnhalteapparates wurden lange Zeit unterschätzt. Inzwischen weiß man, dass ein verschlechterter Stoffwechsel bei Diabetiker\*innen nicht nur für den Ausbruch einer parodontalen Erkrankung verantwortlich sein kann. Neueste wissenschaftliche Erkenntnisse belegen, dass auch umgekehrt eine durch Plaquebakterien verursachte Entzündung des Zahnhalteapparates negative Auswirkungen auf einen Diabetes haben kann. Dieser so genannte „systemische Effekt“ ist wissenschaftlich erwiesen und ein hoch komplexes Geschehen. Vereinfacht kann man sagen, dass eine chronische Parodontitis die Produktion verschiedener Entzündungsmediatoren und Enzyme verstärkt. Diese Stoffe wirken sich auf die Insulin-Empfindlichkeit der Zellen aus, können eine verminderte Wirksamkeit des Insulins (Insulinresistenz) bewirken und die Kontrolle bzw. Einstellung des Blutzuckers erschweren. Daher haben Diabetiker\*innen mit einer unbehandelten Parodontitis ein sechsmal größeres Risiko für eine Erhöhung ihres Blutzuckerspiegels.

## PROPHYLAXE-TIPPS FÜR DIE MUNDGESUNDHEIT BEI DIABETES MELLITUS

Die Zunge beherbergt viele Bakterien, deshalb sollte sie einmal täglich gereinigt werden. Dafür gibt es im Handel spezielle Zungenreiniger.

Achten Sie besonders darauf, überkronte Zähne und festsitzenden Zahnersatz zu reinigen.

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

Lassen Sie mindestens zweimal im Jahr eine professionelle Zahnreinigung (PZR) bei Ihrer/Ihrem Zahn\*ärztin durchführen. Dabei werden alle Beläge entfernt.

Gehen Sie mindestens zweimal jährlich zur Kontrolluntersuchung zu Ihrer/Ihrem Zahn\*ärztin, denn jeder Zahn zählt.

