



# Gesundes Zahnfleisch bei

- Schwangerschaft
- Diabetes
- Nierenerkrankungen und Dialyse
- Organtransplantation
- Bluthochdruck und Herz-Kreislaufkrankungen

# RATGEBER 2

Text erstellt von Prof. Dr. Th. Kocher, Prof. Dr. P. Meisel und Dr. M. Dörr,  
Greifswald, unter Mitwirkung von Prof. Dr. R. Deinzer, Gießen.

## Liebe Patientinnen und Patienten,

sind Sie schwanger oder planen eine Schwangerschaft? Sind Sie Diabetiker? Haben Sie eine Nierenerkrankung oder müssen Sie zur Dialyse? Haben Sie eine Herz-Kreislaufkrankung oder leiden Sie unter hohem Blutdruck? Steht Ihnen eine Organtransplantation bevor? Wenn ja, dann sollten Sie hier weiterlesen. Denn es geht um Ihre Zahngesundheit und um den Erhalt Ihrer Zähne.

Lesen Sie im Folgenden:

- 01. Warum ist gesundes Zahnfleisch so wichtig und was ist eine Parodontitis?**
- 02. Wichtige Informationen für einzelne Patientengruppen:**
  - Schwangerschaft
  - Diabetes
  - Nierenerkrankungen und Dialyse
  - Organtransplantation
  - Bluthochdruck und Herz-Kreislaufkrankungen
- 03. Was können Sie selbst tun?**

## 01. Warum ist gesundes Zahnfleisch so wichtig und was ist eine Parodontitis?

Das Zahnfleisch gehört zum **Zahnhalteapparat (Parodontium)**. Der Zahnhalteapparat sichert das Verbleiben Ihrer Zähne im Mund. Zu ihm gehören auch der Kieferknochen und die Fasern, die die Zahnwurzeln mit dem Knochen verbinden. Entzündungen des Zahnfleisches (**Gingivitis**) können auf den gesamten Zahnhalteapparat übergehen. Aus der Gingivitis wird dann eine **Parodontitis (Entzündung des gesamten Zahnhalteapparates einschließlich des Kieferknochens)**. Diese kann zu **lockeren Zähnen oder gar Zahnverlust** führen. Außerdem können sich eine **Parodontitis und viele Allgemeinerkrankungen gegenseitig beeinflussen**. Auch können bestimmte **Medikamente**, die über einen längeren Zeitraum eingenommen werden, Einfluss auf die Gesundheit des Parodontiums ausüben. Wenn Sie diese Zusammenhänge kennen, können Sie sich wirkungsvoll vor negativen Gesundheitsfolgen schützen.

Typisches Erscheinungsbild einer Parodontitis im Erwachsenenalter. Das Zahnfleisch ist gerötet und teilweise geschwollen, andererseits fehlt es zwischen den Zähnen. Die Zähne sind gelockert, der knöcherne Unterbau ist zum Teil verloren gegangen.



## 02. Wichtige Informationen für einzelne Patientengruppen:

### Schwangerschaft

In der Schwangerschaft kommt es zu **hormonellen Umstellungen**. Diese können eine Auflockerung der Mundschleimhaut herbeiführen. Damit wird das Zahnfleisch für Entzündungen anfällig. Eine als **Schwangerschaftsgingivitis** bezeichnete Zahnfleischentzündung kann entstehen. Da das Zahnfleisch dann leichter blutet, werden oft das Zähneputzen und weitere Mundhygienemaßnahmen vernachlässigt. Das Risiko für Karies und Parodontitis steigt. **Auswirkungen auf den Gesamtorganismus** der werdenden Mutter und für das **ungeborene Kind** sind dann nicht mehr auszuschließen. Deshalb ist besonders auch in der Schwangerschaft eine sorgfältige Zahnpflege wichtig, ebenso wie die **vorbeugende Behandlung beim Zahnarzt**. Die mit der Schwangerschaft aufgetretenen Zahnfleischsymptome verschwinden im Allgemeinen wieder mit der Geburt des Kindes.

Typisches Erscheinungsbild einer Schwangerschaftsgingivitis.



Gesunde gingivale Verhältnisse nach der Entbindung.



Schon lange ist bekannt, dass einige Faktoren das Risiko für Frühgeburten oder untergewichtige Babys steigern (z. B. Entzündungen der Harnwege, frühere Mehrfachgeburten sowie Rauchen oder Alkohol). Seit Kurzem steht auch die **Parodontitis** unter Verdacht, das **Risiko für Komplikationen während der Schwangerschaft zu erhöhen**. **Allerdings** sind die bisher vorliegenden **Ergebnisse nicht eindeutig**.

**Wichtig:** In der Schwangerschaft steigt das Risiko für Zahnfleischentzündungen und Parodontitis. Möglicherweise steigern diese das Risiko für Schwangerschaftskomplikationen. Daher sind gute Zahnpflege und regelmäßige Kontrollbesuche beim Zahnarzt in der Schwangerschaft besonders wichtig.

## Diabetes

In Deutschland leiden circa 7 Prozent der Menschen an **Diabetes mellitus** – der „Zuckerkrankheit“, Tendenz steigend. Vermutlich wird die Krankheit nur bei der Hälfte der Betroffenen erkannt. Sicherlich spielt die Zunahme des Übergewichts in der Bevölkerung sowie des Bewegungsmangels eine große Rolle, weshalb der Diabetes zunimmt. Diabetiker haben ein **dreifach höheres Risiko für eine Parodontitis** als Nicht-Diabetiker. Dies gilt für Patienten, die Insulin spritzen müssen, als auch für diejenigen, die auf eine Behandlung mit Tabletten eingestellt sind. Auch der **Verlauf der Parodontitis** ist bei **schlecht eingestelltem Zucker schwerer**, so dass das Risiko für Knochenabbau und Zahnverlust steigt. Ist dagegen der Blutzucker gut kontrolliert, so besteht kein höheres Risiko als bei Gesunden, an Parodontitis zu erkranken.

Eine **Parodontalbehandlung** führt außerdem bei einem **gut eingestellten Diabetiker** eher zu einem Erfolg. Sie verhindert mit größerer Wahrscheinlichkeit weiteren Knochenabbau, als bei einem schlecht eingestellten Diabetiker oder gar jemandem, der nicht weiß, dass er unter Diabetes leidet. Leider ist die **Blutzuckerkontrolle** bei vielen Diabetikern nicht optimal. Diabetiker leiden häufiger unter Wundheilungsstörungen, wenn ein Zahn gezogen wurde und entwickeln öfter Zahnfleischabszesse, Zahnfleischentzündungen mit schmerzhaften Geschwüren (Ulzerationen) und eingerissene Mundwinkel (Rhagaden).

Viele Diabetiker leiden unter Rhagaden (Risse) in den Mundwinkeln.



Seit einiger Zeit wird von der Wissenschaft intensiv untersucht, ob sich **Diabetes und Parodontitis wechselseitig beeinflussen**. Vermutlich kann der Diabetes einen ungünstigen Verlauf nehmen, wenn eine unbehandelte Zahnfleischentzündung vorliegt. Denn bei **Patienten mit Parodontalerkrankungen** kommt es auch zu einer **Erhöhung des Blutzuckerspiegels**. Eine **nicht erkannte oder nicht behandelte Parodontitis** kann den **Schweregrad** und die **Einstellbarkeit des Diabetes negativ beeinflussen**. Deshalb ist es so wichtig, zur **Verbesserung der Blutzuckereinstellung** und ganz allgemein des Diabetesstatus, bestehende **Parodontalerkrankungen konsequent zu behandeln**.

Wenn Sie Diabetes haben, sollten Sie sich deshalb von Ihrem Zahnarzt auf Parodontalerkrankungen (Gingivitis, Parodontitis) untersuchen lassen, damit diese frühzeitig erkannt und behandelt werden.

**Wichtig:** Erkrankungen des Zahnhalteapparates und Diabetes beeinflussen sich gegenseitig: Ist das eine gut eingestellt, geht es auch im anderen Bereich besser. Nutzen Sie also die Früherkennungsmöglichkeiten beim Zahnarzt (Gingivitis, Parodontitis) und beim Allgemeinarzt (Diabetes). Helfen Sie selbst mit, dass die Behandlung gut gelingt, indem Sie Ihre Zähne gut pflegen und den Blutzucker gewissenhaft kontrollieren.

## Nierenerkrankungen und Dialyse

Nierenerkrankungen können sich über längere Zeit entwickeln, verschlechtern und eine Blutwäsche (Dialyse), nicht selten sogar eine Nierentransplantation, erforderlich machen. Insbesondere bei **schlechter Blutzuckereinstellung** besteht für Diabetiker die Gefahr, dass sich eine Nierenschädigung entwickelt.

Gerade für **Nierenkranke** ist eine **entzündungsfreie Mundhöhle** von besonderer Bedeutung. Häufig vernachlässigen Dialysepatienten wegen der Dauerbelastung ihre Mundhygiene. Karies und Parodontitis können die Folge sein. Weil die **Parodontitis eine Belastung für den Organismus** darstellt und andere Organerkrankungen begünstigen kann, sollte der Mund- und Zahnpflege große Aufmerksamkeit geschenkt werden. Wichtig sind also eine optimale Mundhygiene und ein saniertes Gebiss.



**Wichtig:** Eine Parodontitis stellt eine Belastung für den Gesamtorganismus dar, die gerade auch Nierenkranke vermeiden sollten. Nutzen Sie also Früherkennungsuntersuchungen beim Zahnarzt und optimieren Sie Ihre Mundhygiene.

## Organtransplantation

Gesundes Zahnfleisch und die Sanierung von kariös zerstörten Zähnen sind vor einer Organtransplantation unbedingt anzustreben. Die **vollständige zahnärztliche Sanierung** ist eine **Voraussetzung** für die Freigabe zu einer geplanten **Organtransplantation**. Erfolgt diese nicht, so muss eventuell eine geplante Transplantation verschoben werden. Daher sollten Sie sich vor einer Transplantation immer zahnärztlich untersuchen lassen. Danach entscheidet Ihr Zahnarzt in Absprache mit Ihrem Internisten, welche Behandlungsmaßnahmen durchzuführen sind.

Als **organtransplantiertes Patient** erhalten Sie eine **Langzeittherapie**, die die Abstoßung des Organtransplantats verhindern soll (Unterdrückung der Immunreaktion). Sofern hier Cyclosporin A verabreicht wird, besteht für Sie eine **gesteigerte Anfälligkeit für Infektionen**, die auch mit einer Parodontalerkrankung (Gingivitis, Parodontitis) beginnen können. Deshalb ist eine **konsequente Mundhygiene** auch **nach einer Transplantation besonders wichtig**. Bei Nieren- oder Herztransplantationen kommt häufig zusätzlich die Behandlung mit blutdrucksenkenden Mitteln hinzu, wobei auch sogenannte **Kalziumantagonisten (z.B. Nifedipin, Amlodipin, Nitrendipin)** eingesetzt werden. Bei manchen Patienten können **Zahnfleischwucherungen** als Nebenwirkung dieser Medikamente auftreten. Diese Wucherungen können unterschiedliche Ausprägungen erreichen.

Zu Beginn erscheint die an sich straffe, feste Oberfläche des Zahnfleisches zerfurcht, schwammig und blumenkohlartig verändert. Danach kann eine wulstige Verdickung entstehen. Diese Wucherungen begünstigen die Bildung von bakteriellen Zahnbelägen und erschweren die Zahnpflege. Dadurch kann eine Zahnfleischentzündung mit allen ihren ungünstigen Folgen für die Gesundheit entstehen. Deshalb gelten Sie in der zahnärztlichen Behandlung als „Risikopatient“. Entsprechend häufiger sollten Sie den Zahnarzt aufsuchen, damit professionelle Zahnreinigungen durchgeführt werden können. Falls es doch zu Zahnfleischwucherungen kommt, kann Ihr Zahnarzt mit den anderen Ärzten das weitere Vorgehen abstimmen.

**Wichtig:** Voraussetzung für eine Organtransplantation ist eine vollständige zahnärztliche Sanierung. Nach der Organtransplantation ist gute Mundhygiene besonders wichtig, um die Gesundheit der Zähne, aber auch des Gesamtorganismus zu erhalten.

## Bluthochdruck und Herz-Kreislaufkrankungen

Zur Behandlung eines erhöhten Blutdrucks (Hypertonie) ist es heute üblich, Medikamente zu verordnen, die über lange Zeit, in der Regel sogar lebenslang, eingenommen werden müssen. Bei einer Gruppe dieser Präparate, den so genannten **Kalziumantagonisten (z. B. Nifedipin, Amlodipin, Nitrendipin)** können **Wucherungen des Zahnfleisches** entstehen. Sie sind belastend, nicht nur weil gewuchertes Zahnfleisch unschön aussieht, sondern weil in fortgeschrittenen Fällen auch das Kauen erschwert ist. Daneben begünstigt gewuchertes Zahnfleisch die Bildung bakterieller Zahnbeläge. Eine chronische **Entzündung des**

Gesundes Zahnfleisch füllt die Zwischenräume zwischen den Zähnen vollständig aus und blutet nicht bei Berührung. Die Zähne sind belagfrei.



Zahnfleischwucherungen begünstigen die Ablagerung bakterieller Zahnbelege und erschweren die Zahnpflege. Eine Zahnfleischentzündung (Gingivitis) ist die Folge.



**Zahnfleisches** und darüber hinaus auch des **Zahnhalteapparates** kann dadurch ausgelöst werden. Es besteht die Gefahr, dass sich Zähne lockern oder letztendlich gar verloren gehen. Wenn bei Ihnen Zahnfleischwucherungen auftreten, sollten Sie auf jeden Fall Ihren Zahnarzt aufsuchen. Dieser wird dann mit Ihrem Hausarzt oder Internisten abstimmen, welche Behandlung am besten ist.

Im Augenblick findet eine heftige wissenschaftliche Diskussion statt, **ob Parodontalerkrankungen einen Einfluss auf den Verlauf von Herz-Kreislaferkrankungen**, wie z. B. Herzinfarkt oder Schlaganfall, haben. Wissenschaftler fanden heraus, dass Menschen mit Parodontalerkrankungen ein doppelt so hohes Risiko haben, einen Herzinfarkt oder einen Schlaganfall zu erleiden wie parodontal gesunde Menschen. Eine Theorie geht davon aus, dass Bakterien aus der Mundhöhle in den Blutkreislauf gelangen, dort die Bildung eines Blutgerinnsels unterstützen und so zur Entstehung eines Herzinfarktes oder Schlaganfalls beitragen.

Nach einer anderen Theorie lösen Parodontalerkrankungen Entzündungen aus, die die Verdickung von Gefäßwänden (Arteriosklerose) mit beeinflussen. Erst die Zukunft wird zeigen, ob diese Erkenntnisse Bestand haben.

**Wichtig:** Bestimmte Medikamente gegen Bluthochdruck können Zahnfleischwucherungen bewirken, die die Mundhygiene erschweren. Als Folge kann es zu Gingivitis und Parodontitis kommen. Diese stehen in Verdacht, das Risiko für Herz-Kreislauferkrankungen zu erhöhen. Patienten mit Bluthochdruck und/oder weiteren Herz-Kreislauferkrankungen sollten daher besonders auf ihre Mundhygiene achten.

### 03. Was können Sie selbst tun?

Sie sollten auf vier Dinge besonders achten, wenn Sie Ihr Zahnfleisch und den Zahnhalteapparat gesund erhalten wollen, und wenn Sie sich vor den möglichen negativen Folgen einer Parodontalerkrankung schützen wollen:

#### a) Grunderkrankungen behandeln und Vorsorgeuntersuchungen wahrnehmen

Sind Sie **Diabetiker**, ist es entscheidend für den Behandlungserfolg, dass Sie eine **optimale Blutzuckereinstellung** erreicht haben. Leiden Sie an Bluthochdruck oder sind Sie ein Transplantatpatient und treten bei Ihnen starke **Zahnfleischwucherungen** auf, sollte mit dem behandelnden Arzt geklärt werden, ob dies im Zusammenhang mit einem verordneten **Medikament** stehen könnte. In diesem Fall könnte man die Arzneimitteldosis reduzieren oder auf ein anderes Medikament „umsteigen“. Dies darf **auf keinen Fall eigenmächtig** geschehen, sondern

immer nur in Absprache mit dem verantwortlichen Arzt. Ein unbehandelter Diabetes gefährdet Ihre Mundgesundheit. Eine unbehandelte Parodontitis hat möglicherweise negative Auswirkungen auf Ihren sonstigen Zustand in der Schwangerschaft, vor einer Organtransplantation, bei Diabetes, Nierenerkrankungen und Herz-Kreislauf-erkrankungen. **Früherkennung ist daher wichtig.** Nutzen Sie die Vorsorgeuntersuchungen bei Ihrem Allgemeinarzt und Ihrem Zahnarzt<sup>1</sup>.

## b) Mundhygiene optimieren

Gingivitis und Parodontitis treten dann auf, wenn **Zahnbeläge** vorhanden sind. Dies gilt für ansonsten gesunde Patienten ebenso wie für Patienten wie Sie, bei denen spezielle Bedingungen vorliegen. Daher ist Ihre **Mitarbeit bei der Mundhygiene** in Ihrem eigenen Interesse und für den Erfolg aller zahnärztlichen Bemühungen von größter Bedeutung. Wichtig ist vor allem eine regelmäßige und effektive Mundhygiene<sup>2</sup>. Dazu gehören **gründliches Zähneputzen** und das **Reinigen der Zahnzwischenräume**. Dazu eignen sich Zahnseide und Bürstchen für die Zwischenräume, die es in verschiedenen Stärken gibt. Zum Schutz vor Karies werden Mundhygiene-Artikel empfohlen, die Fluoride enthalten (z. B. fluoridhaltige Zahnpasta, Mundspülung oder Fluoridgelée).



Die kombinierte Anwendung von medizinischen Zahnpflegeprodukten bietet besonders wirksamen Schutz vor Zahnfleischentzündungen und Plaque.

### c) Risikoverhalten vermeiden

Zur Vorsorge gehört auch, risikobehaftetes Verhalten zu vermeiden. Das beinhaltet unter anderem **Rauchen** und **ungesunde Ernährung**, insbesondere in Verbindung mit **Übergewicht** und **Stress**. Von all diesen sogenannten Risikofaktoren ist bekannt, dass sie auch Schwere, Ausmaß und Verlauf einer Parodontitis nachteilig beeinflussen können.

### d) Regelmäßige Zahnarztbesuche

Ergänzt werden sollten Ihre eigenen Bemühungen durch eine mindestens zweimal jährlich durchgeführte **professionelle Zahnreinigung**. Hierunter versteht man die gründliche Entfernung aller weichen und harten Zahnbeläge durch speziell ausgebildetes Personal. Dort wird Ihnen auch **erklärt, wie Sie Ihre Mundhygiene noch weiter verbessern können**. Ihr Zahnarzt und sein Team stehen Ihnen gern mit Rat und Tat zur Seite – sowohl für vorsorgende Maßnahmen als auch zur Hilfe bei aufgetretenen Problemen. Manchmal, etwa bei fortgeschrittenen Zahnfleischwucherungen, kann es trotz allem notwendig werden, zusätzlich chirurgische Behandlungsverfahren anzuwenden. Alle Maßnahmen – vorbeugende wie chirurgische – müssen zwischen den betreuenden Fachärzten und dem Zahnarzt abgesprochen werden.

Gerade für die Prophylaxe hat Ihr Zahnarzt hochwirksame Betreuungs- und Behandlungskonzepte entwickelt. Fragen Sie nach professioneller Zahnreinigung und individuellen medizinischen Behandlungsmöglichkeiten zur Erhaltung Ihrer Zahngesundheit.



**Wichtig:** Schützen Sie Ihre Zähne und Ihre Allgemeingesundheit und beachten Sie dafür vier Dinge:

- 1) Behandeln Sie Grunderkrankungen gewissenhaft. Nehmen Sie Vorsorgeuntersuchungen wahr.
- 2) Optimieren Sie Ihre Mundhygiene.
- 3) Reduzieren Sie zusätzliche Risiken wie Rauchen oder übermäßigen Stress.
- 4) Gehen Sie regelmäßig zum Zahnarzt.

## Deutsche Gesellschaft für Parodontologie e.V.

Die Deutsche Gesellschaft für Parodontologie e.V. (DGP) mit ihren mehr als 4.000 Mitgliedern hat es sich zur Aufgabe gemacht, die Parodontologie in Öffentlichkeit, Praxis, Klinik, Lehre und Forschung zu fördern und weiter zu etablieren. Dazu werden regelmäßig Fachtagungen und Fortbildungskurse für DGP-Spezialisten, Zahnärzte und ihre Praxisteams veranstaltet.

<sup>1</sup> siehe hierzu auch: DGP Ratgeber 3 „PSI – Der Parodontale Screening Index zur Früherkennung der Parodontitis“

<sup>2</sup> siehe hierzu auch: DGP Ratgeber 1 „Parodontitis - Vorbeugung, Therapie“

Fotonachweise:

Seite 4, 11 oben: Dr. W. Bengel

Seite 5, 11 unten: Prof. Dr. Th. Kocher

Seite 7: Prof. Dr. R. Mausberg

Seite 13, 14: meridol® Fotoarchiv



Deutsche Gesellschaft für  
Parodontologie e.V.

Weitere Auskünfte erteilen:

- Ihr Zahnarzt
- Spezialisten der DGP
- Universitätszahnkliniken
- Deutsche Gesellschaft für Parodontologie e. V.

Neufferstraße 1, 93055 Regensburg

Tel.: 0941/942799-0, Fax: 0941/942799-22

E-Mail: kontakt@dgparo.de, www.dgparo.de

In dieser Reihe sind außerdem erschienen:

- DGP Ratgeber 1 | Parodontitis – Vorbeugung, Therapie
- DGP Ratgeber 3 IPSI – Der Parodontale Screening Index zur Früherkennung der Parodontitis
- DGP Ratgeber 4 | Implantate – Vorbehandlung, Pflege, Erhalt



**Parodontitis?**  
Testen Sie jetzt selbst.



**Neu:**  
Kostenlose App  
für iPhone und  
Android.



Offizieller Partner der Deutschen Gesellschaft für Parodontologie e.V.

Diese Broschüre wurde mit freundlicher Unterstützung der **meridol® Forschung** erstellt. Weitere Informationen erhalten Sie unter [www.meridol.de](http://www.meridol.de). Die Broschüren aus der DGP Ratgeber-Reihe erhalten Fachkreise bei CP GABA GmbH, Beim Strohhause 17, 20097 Hamburg oder per Fax: 0180 / 510-129-025, E-Mail: [info@gaba-dent.de](mailto:info@gaba-dent.de)

© CP GABA GmbH und Deutsche Gesellschaft für Parodontologie e.V. Dieser Ratgeber ist urheberrechtlich geschützt. Eine Verwendung des Inhaltes ist ausschließlich mit Zustimmung der CP GABA GmbH und der Deutschen Gesellschaft für Parodontologie e.V. zulässig.