

**Mund- & Zahnpflege -  
kompetent beraten**

## Diabetes

### Tipps der Dentalhygieniker\*innen



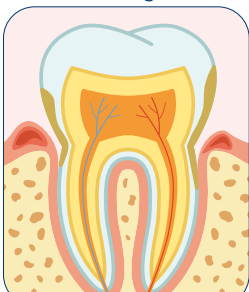
Die Wechselwirkung von Diabetes mellitus und Parodontitis erfordert eine enge Zusammenarbeit von Dentalhygieniker\*innen mit Apotheken und Arztpraxen.

### **Einfluss des Diabetes mellitus auf das Parodont**

Seit mehr als 20 Jahren belegen zahlreiche Studien, dass ein bestehender Diabetes das Risiko für eine Parodontitis deutlich erhöht. Zudem zeigen Forschungsergebnisse, dass der Krankheitsverlauf bei diabetesbetroffenen Personen schwerer ausfällt und die parodontale Gewebedestruktion schneller voranschreitet. Diese Zusammenhänge lassen sich nach aktuellen Erkenntnissen auf eine veränderte Zusammensetzung des oralen Biofilms sowie auf diabetesbedingte Störungen der Stoffwechselprozesse zurückführen.

### **Einfluss der Parodontitis auf den Diabetes mellitus**

Bei einer Parodontitis werden lokal im Biofilm stetig Entzündungsstoffe produziert, die im gesamten Körper verteilt werden. Dadurch kann es zu einer erhöhten Insulinresistenz und somit zur Verstärkung des Diabetes und der damit verbundenen diabetischen Folgeschäden führen. Bleibt eine Parodontitis unbehandelt, ist dieser Einfluss zunehmend stärker.



### **Von der Apotheke oder Arztpraxis zur/zum Dentalhygieniker\*in**

Wenn die Diagnose Diabetes feststeht, wird unbedingt angeraten, in der Dentalhygiene-Praxis einen Termin zur Untersuchung der Mundhöhlesituation – mit Fokus auf Gingivitis und Parodontitis – zu vereinbaren. Klinische Untersuchungen belegen, dass eine nichtchirurgische und erhaltende Parodontaltherapie (professionelle Zahnreinigung vor allem auch unterhalb der Gingiva, wofür dipl. Dentalhygieniker\*innen HF speziell ausgebildet sind) hilft, den HbA1c-Wert zu senken und die benötigte Insulindosis zu reduzieren. In schweren Fällen sind zusätzliche zahnärztliche Massnahmen wie zum Beispiel ein parodontalchirurgischer Eingriff oder systemisch verabreichte Antibiotika nötig.

### **Biofilm/Plaque**

Biofilme bestehen aus untereinander organisierten Bakterien, die in einer Schleimschicht eingebettet und dadurch vor chemischen Wirkstoffen und auch vor der körpereigenen Immunabwehr weitgehend geschützt sind. In der Mundhöhle besteht diese Schleimschicht vor allem aus Speichelbestandteilen und Kohlenhydraten.

## Von der/dem Dentalhygieniker\*in in die Apotheke oder Arztpraxis

Verläuft der Heilungsprozess während einer Parodontaltherapie trotz guter täglicher Mundhygiene der Patient\*innen auffallend schlecht und sind dafür anamnestisch keine Erklärungen vorhanden, bedarf die Situation weiterer Abklärungen. Dazu gehört die Messung des Blutzuckerwertes.

### Empfohlene Mundhygiene-Massnahmen bei Diabetes mellitus

- Zähne 2-mal täglich mit einer weichen Zahnbürste und einer fluoridhaltigen Zahnpaste putzen.
- Einmal täglich – idealerweise vor dem Zubettgehen – soll eine exakte Zwischenraumreinigung mit individuell angepassten Mundhygienehilfsmitteln durchgeführt werden.
- Regelmässige professionelle Zahnreinigung und Kontrolle der gesamten Mundhöhle gemäss individueller Beratung (bei Diabetes mindestens alle 6 Monate empfohlen).
- Weitere Massnahmen, wie zum Beispiel die Anwendung entzündungshemmender Spülungen oder anderer Produkte, sollen nur aufgrund einer individuellen Untersuchung und Beratung durchgeführt werden.

### Gingivitis

Eine Gingivitis (Zahnfleischentzündung) ist eine bakterielle, durch den Biofilm verursachte Entzündung der **Gingiva** (Zahnfleisch). Sie ist in aller Regel gut therapierbar und die entstandenen Schäden an der Gingiva sind **reversibel**.

### Parodontitis

Eine Parodontitis (Entzündung des Zahnhalteapparates) entwickelt sich aus einer nicht behandelten Gingivitis und wird folglich ebenfalls durch den Biofilm verursacht. Bei einer Parodontitis sind alle zum **Parodont** (Zahnhalteapparat) gehörenden Gewebe involviert. Dies sind die Gingiva, der Alveolarknochen (zahntragender Teil des Kieferknochens), das Desmodont (Kollagenfasern, die den Zahn mit dem Alveolarknochen verbinden) sowie das Wurzelzement (die Zahnwurzel umfassendes, mineralisiertes Gewebe). Im Unterschied zur Gingivitis ist die Gewebeschädigung aufgrund einer Parodontitis **destruktiv und irreversibel**.

**Allgemein gilt:** Das Durchführen der täglichen, gründlichen Mundhygiene nimmt bei Diabetesbetroffenen einen besonders wichtigen Stellenwert ein. Regelmässige Kontrollen mit einer professionellen Zahnreinigung und individueller Mundhygiene-Instruktion durch eine\*n Dentalhygieniker\*in sind unabdingbar. Dank guter Zusammenarbeit mit Apotheken und Arztpraxen lässt sich auch bei Diabetes die Mundgesundheit bewahren und somit die allgemeine Gesundheit verbessern.