

# Diabetes und Zahnfleischprobleme?



## Empfehlungen für gesundes Zahnfleisch aus der meridol® Forschung

---

*Wissenschaftliche Beratung: Prof. Dr. Thomas Kocher, Leiter der Abteilung für Parodontologie in der Poliklinik für Zahnerhaltung, Parodontologie und Kinderzahnheilkunde der Universität Greifswald.*

## Diabetes und Zahnfleischprobleme

- Als Diabetespatient haben Sie für eine Zahnfleischerkrankung ein dreimal höheres Risiko als ein Nicht-Diabetiker.
- Diabetes kann zu Zahnfleiscentzündungen, Zahnfleischabszessen und Rissen in den Mundwinkeln führen.
- Andauernde Zahnfleischprobleme können ein Hinweis auf einen unentdeckten Diabetes sein, denn ca. 1/3 aller Diabetespatienten wissen nichts von ihrer Erkrankung.

## Wie erkennt man Zahnfleiscentzündungen?

	<b>Gesundes Zahnfleisch</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Zähne frei von Plaque</li><li>• Blassrosa</li><li>• Eng am Zahn anliegend</li><li>• Nicht blutend</li></ul>
	<b>Gingivitis</b> <p>Reversible Zahnfleiscentzündung</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Plaque</li><li>• Rötung und Schwellung</li><li>• Blutungen bei Berührung, z. B. Reinigung der Zahnzwischenräume</li></ul>
	<b>Parodontitis</b> <p>Irreversible Zahnfleiscentzündung</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Chronische Infektion</li><li>• Zurückweichen des Zahnfleischs und Abbau des Zahnhalteapparates</li><li>• Stärkere Blutungen</li></ul>

## Warum sind Diabetiker eine Risikogruppe?

- Eine gestörte Insulinsekretion oder Insulinresistenz verursacht einen erhöhten Blutzuckerspiegel. Dieser gilt ebenfalls als Ursache für die höhere Anfälligkeit für Zahnfleiscentzündungen. Sind die Blutzuckerwerte erhöht, reagiert das Immunsystem heftiger auf Zellgifte, die Plaque-Bakterien am Zahnfleischsaum freisetzen.

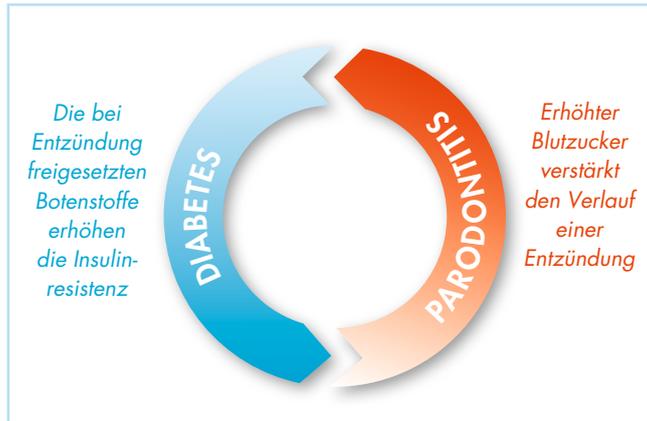
Die Folge: *Zahnfleiscentzündungen entwickeln sich schneller und verlaufen heftiger.*

- Weitere Folgen des Diabetes sind Veränderungen in den Gefäßwänden und Durchblutungsstörungen, die es dem Körper zusätzlich erschweren, den Entzündungsprozess zu kontrollieren.



## Neuere Studien zeigen: Diabetes und Zahnfleischprobleme verstärken sich

- Parodontitis verschlechtert den Blutglukosespiegel sowohl bei Diabetikern als auch bei Nicht-Diabetikern und erhöht somit das Risiko für die Entstehung eines Diabetes.
- Liegt eine Parodontitis vor, so führt die Entzündung im Gegenzug dazu, dass Insulin noch schlechter wirken kann (Insulinresistenz).
- Der Diabetes verschlimmert sich und ein Teufelskreis entsteht. Die beiden Erkrankungen verstärken sich gegenseitig.
- Parodontitis vergrößert auch das Risiko für Erkrankungen, die eine Folge des Diabetes mellitus sind.
- Eine effektive Parodontitistherapie kann die Einstellung des Blutzuckerspiegels bei Typ-2-Diabetikern verbessern.



## Früherkennung und Mundhygiene

- Auch beim Diabetespatienten werden parodontale Erkrankungen durch Plaque-Bakterien ausgelöst. Eine gute Mundhygiene ist daher zur Vorbeugung unerlässlich.
- Haben Sie einen gut eingestellten Blutzucker, dann ist die Parodontalbehandlung ebenso erfolgversprechend wie bei Nicht-Diabetikern.
- Haben Sie Anzeichen einer Parodontitis (Zahnfleischbluten, Mundgeruch, gelockerte Zähne), so sollten Sie Ihren Zahnarzt aufsuchen, damit er eine Parodontalbehandlung durchführen kann, um diesen Teufelskreis zu durchbrechen. Dieser kann Ihnen dann auch geeignete Mundpflegeprodukte wie etwa den merido<sup>l</sup>® Verbund empfehlen.
- Haben Sie einen Blutzuckerspiegel, der sich schlecht einstellen lässt, bitten Sie Ihren Zahnarzt, Ihren Parodontalzustand zu untersuchen, um eine Parodontitis auszuschließen oder auch behandeln zu lassen.



- Informieren Sie Ihren Zahnarzt über Ihren Diabetes.

## Worauf kommt es bei der Mundhygiene an?

- Durch richtige Mundhygiene mit einer effektiven Plaque-Entfernung kann der Entwicklung von Entzündungen vorgebeugt werden.
- Verwenden Sie hierfür eine Zahnbürste, die besonders gründlich die Plaque am Zahnfleischsaum entfernt.
- Reinigen Sie Ihre Zahnzwischenräume einmal täglich mit geeigneten Interdental-Produkten (Zahnseide, Interdental-Bürsten).
- Verwenden Sie eine Zahnpasta mit antibakterieller Wirkung.



- Ergänzen Sie die tägliche Mundpflege mit einer antibakteriellen Mundspülung.
- Gereiztes und entzündetes Zahnfleisch kann sich bei guter Mundhygiene regenerieren und auf Dauer gesund bleiben.
- Sollte Ihr Zahnfleisch trotz intensiver Mundhygiene nach einigen Wochen immer noch bluten, so bitten Sie Ihren Zahnarzt um Rat in der Anwendung der richtigen Mundhygienetechnik. Die meisten Menschen brauchen hierzu Hilfestellungen.

## Was können Sie zusätzlich tun?

- Als Grundlage einer idealen Mundhygiene empfiehlt sich eine halbjährliche professionelle Zahnreinigung bei Ihrem Zahnarzt.
- Sowohl Parodontitis als auch Diabetes werden durch Übergewicht und Bewegungsmangel verstärkt. Achten Sie auf Ihr Gewicht und Ihre Ernährungsgewohnheiten. Bewegen Sie sich mehr, so beugen Sie nicht nur Herz-Kreislauf-Erkrankungen, sondern auch Diabetes und Parodontalerkrankungen vor.



## meridol® bekämpft die Ursache von Zahnfleischentzündungen\* – nicht nur die Symptome

Die klinisch geprüfte 2-fach Wirkformel sorgt für einen sofortigen und lang anhaltenden antibakteriellen Effekt:

- Die aktiven Inhaltsstoffe verteilen sich umgehend im Mund und wirken sofort.
- Die Bildung von bakterieller Plaque wird lang anhaltend gehemmt und Zahnfleischentzündungen vorgebeugt.



Die tägliche Anwendung erhält das natürliche Gleichgewicht der Mundflora.

Die kombinierte Anwendung der meridol® Zahnpasta und meridol® Mundspülung hat eine 3x höhere Wirksamkeit bei Zahnfleischentzündungen als die Verwendung einer normalen Zahnpasta.<sup>1</sup>

### Schützt vor:

- Zahnfleischentzündung
- Zahnfleischbluten
- Zahnfleischrückgang
- Parodontitis
- Plaquebildung
- Karies



<sup>1</sup>Banach et al. (2007)

\*Bekämpft Bakterien bevor Zahnfleischentzündungen entstehen.

## Zahnmedizinische Innovationen aus der meridol® Forschung

Die meridol® Forschung hat zum Schutz des Zahnfleisches eine Zahnbürste mit mikrofeinen Borstenenden entwickelt. Diese fühlen sich pinselartig weich an.



### meridol® Zahnbürste mit mikrofeinen Borstenenden

- Reinigt besonders gründlich, auch am Zahnfleischsaum
- Schont selbst gereiztes Zahnfleisch
- Sorgt für eine gründliche Plaque-Entfernung



Beim Zähneputzen ist die Anwendung einer systematischen Reinigungsmethode wichtig. Auf gar keinen Fall sollte mit hohem Druck hin und her geschrubbt werden. Empfehlenswert ist z. B. die modifizierte Bass-Technik.

### meridol® Flausch-Zahnseide

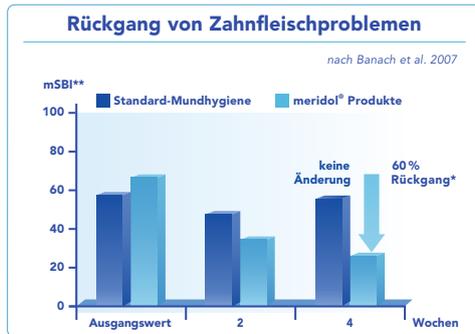
- Der spezielle Flauschfaden entfernt effektiv Plaque und Speisereste aus den Zahnzwischenräumen
- Die regelmäßige Verwendung schützt vor Zahnfleischentzündungen
- Sorgt für eine schonende Reinigung in den Zahnzwischenräumen und ist sanft zum Zahnfleisch



**Fragen Sie Ihren Zahnarzt!**

## Ideale Pflege in der kombinierten Anwendung

- Die kombinierte Anwendung der meridol® Produkte fördert nachweislich die Regeneration von gereiztem Zahnfleisch nach nur 30 Tagen.
- Eine Gruppe von Erwachsenen (Nicht-Diabetikern) putzte ihre Zähne zweimal täglich mit meridol® Zahnpasta und spülte zusätzlich abends mit meridol® Mundspülung.
- Eine weitere Gruppe benutzte eine Standard-Zahnpasta.
- Beide Gruppen verwendeten die meridol® Zahnbürste.
- Nach nur 30 Tagen wurde bei den Verwendern der meridol® Produkte eine deutliche Verbesserung der Zahnfleischgesundheit um 60 % beobachtet. Die Verwender der Standard-Mundhygiene zeigten keinen Unterschied zur Ausgangssituation.



\* Gegenüber dem Ausgangswert.

\*\* Der mSBI (modifizierter Sulkusblutungsindex) gibt an, wie häufig das Zahnfleisch bei Berührung mit einer Sonde blutet, und ist ein Maß für die Zahnfleischentzündung.

Banach J, Wiernicka-Menkiszak M, Mazurek-Mochol M, Trąbska-Świstelnicka M, Bieleja-Gromada K. Czas Stomatol 60 (2007), 11–19

## Auch Ihr Zahnfleisch braucht Hilfe, wenn es blutet.





Spezialist für orale Prävention  
GABA Beratungsservice: 0800/8 85 63 51,  
montags bis freitags 9<sup>00</sup> bis 17<sup>00</sup> Uhr.



**meridol**   
Balsam für Ihr Zahnfleisch

Art.-Nr. 247 997/09/16