

Die richtige Zahnpflege auch im Alter

Die richtige Zahnpflege auch im Alter

Diese Statistik ist erfreulich: Laut der vierten deutschen Mundgesundheitsstudie des Instituts der deutschen Zahnärzte sind nur 20 Prozent der 65- bis 74-jährigen zahnlos. Noch vor wenigen Jahren war es völlig usus, das alte Menschen keine eigenen Zähne mehr hatten und die "Dritten" völlig normal. Veränderungen hin zu einer gesünderen Ernährung und ein verbessertes Bewusstsein für eine gute Mundhygiene lassen die eigenen Zähne heutzutage ein Leben lang halten. Bis ins hohe Alter sind gesunde Zähne ein Ausdruck von Vitalität und Lebensfreude. Schöne Zähne tragen nicht nur zu einer entsprechenden Ästhetik bei, sondern sind wichtig für eine genussvolle Nahrungsaufnahme, korrektes Sprechen und damit für die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben.

Altersspuren am Gebiss

Nicht nur der Körper verändert sich im Laufe des Lebens, sondern logischerweise auch der Mundraum. So verfärben sich die Zähne, sie werden gelblicher. Auch das Kristallgefüge des Zahns verdichtet sich. Zähne verlieren im Alter an Wasser und werden dadurch spröder und brüchiger. Eine alterstypische Erscheinung sind freiliegende Zahnhälse, denn das Zahnfleisch zieht sich zurück. Zahnhälse haben aber nicht die gleiche Zahnschmelzdicke wie die Zahnkrone und sind deshalb anfälliger für Karies. Diesen Zahnhälse sollten ältere Menschen daher besondere Aufmerksamkeit widmen, also sehr gut putzen und vom Zahnarzt untersuchen lassen. "An den Zahnhälse können Bakterien sehr schnell die Oberfläche angreifen. Die Gefahr für Wurzelkaries ist hoch", sagt Dr. Uta Janssen, Zahnärztin in Berlin-Tempelhof. Wurzelkaries breitet sich schnell aus und kann ganze Zähne zerstören.

Mundtrockenheit

Bei vielen Menschen lässt im Alter das Durstgefühl nach. Hinzukommt, dass ältere Menschen in aller Regel deutlich mehr Medikamente einnehmen als junge Leute. Einige Medikamente wie beispielsweise blutdrucksenkende Mittel begünstigen beziehungsweise verursachen Mundtrockenheit. Doch Speichel ist wichtig. Denn er ist mineralstoffhaltig und wirkt antibakteriell. Ältere Menschen sollten also reichlich trinken, auch wenn vielleicht nicht unbedingt ein Durstgefühl vorhanden ist und gegebenenfalls möglichst zuckerfreien Kaugummi kauen. Denn auch dieser regt die Speichelproduktion an.

Auch der Zahnarztbesuch sollte für ältere Menschen selbstverständlich bleiben. Das gilt sogar, wenn die Kiefer bereits zahnlos sind. Denn mögliche Gewebeveränderungen im Mundraum sollten genau untersucht werden. So sind bösartige Veränderungen im Mundraum bei Männern die fünfthäufigste Krebsneuerkrankung.

Pressekontakt

Zahnarztpraxis an der Luftbrücke

Frau Dr. Uta Janssen
Manfred-von-Richthofen- Str. 18
12101 Berlin

[zahnarzt-in-tempelhof.de](mailto:kontakt@zahnarzt-in-tempelhof.de)
kontakt@zahnarzt-in-tempelhof.de

Firmenkontakt

Zahnarztpraxis an der Luftbrücke

Frau Dr. Uta Janssen
Manfred-von-Richthofen- Str. 18
12101 Berlin

[zahnarzt-in-tempelhof.de](mailto:kontakt@zahnarzt-in-tempelhof.de)
kontakt@zahnarzt-in-tempelhof.de

Nachhaltige Zahngesundheit, individuell, schonend und ganzheitlich - das ist unsere Mission.

Unsere Praxis steht seit Jahrzehnten für nachhaltige und schonende Zahnmedizin in Berlin. So arbeiten wir bereits seit Langem auch mit Akupunktur und Angewandter Kinesiologie.

Unser Ziel ist es, mit Ihnen gemeinsam schon mithilfe kleiner Veränderungen den gewünschten Erfolg in Ihrem Mund herbeizuführen. Das beginnt schon bei der umfassenden Vorsorge, die bei uns großgeschrieben wird. Und natürlich erschöpft sich der Behandlungserfolg für uns nicht im medizinischen Aspekt - auch ästhetisch erfüllen die Zähne schließlich eine wichtige Funktion. Wird eine umfangreichere Versorgung notwendig, ist es uns wichtig, mit Ihnen zusammen alle Möglichkeiten zu besprechen und die Lösung umzusetzen, die von Ihnen mit Überzeugung und Freude getragen wird. In unsere Planung beziehen wir natürlich auch die Gesundheit des Zahnhalteapparates mit ein, damit Ihre neuen Zähne garantiert lange erhalten bleiben. Auch eine fortgeschrittene Parodontose lässt sich mit Ihrer Hilfe mit nachhaltiger Wirkung behandeln.