

Blutdrucksenkende Medikamente sind für Hypertoniker lebenswichtig. Doch viele dieser Arzneimittel haben eine unangenehme Nebenwirkung: **verminderten Speichelfluss!** Und der erhöht das Kariesrisiko.

# Erst Bluthochdruck, dann **Karies**

**Z**ahlreiche Erkrankungen, aber auch medizinisch erforderliche Behandlungen, können die Mundgesundheit beeinträchtigen. So ist beispielsweise bekannt, dass Bluthochdruck und Karies Hand in Hand gehen können. Dabei ist es nicht der hohe Blutdruck an sich, der die Zähne anfällig für Karies werden lässt, es sind die möglichen Nebenwirkungen der Medikamente zur Blutdrucksenkung. Antihypertonika müssen von Patienten meist dauerhaft eingenommen werden. Das ist unerlässlich, um die zu hohen Blutdruckwerte in den Griff zu bekommen und dadurch das Risiko für kardiovaskuläre Folgeerkrankungen wie Arteriosklerose, koronare Herzkrankheit, Herzinsuffizienz, Herzinfarkt und Schlaganfall zu reduzieren. Sie müssen konsequent in der vom Arzt verordneten Dosierung eingenommen werden. Eine gute Therapietreue, Ärzte sprechen von Adhärenz, sichert den Behandlungserfolg und schenkt Hypertonikern nicht selten wertvolle Lebensjahre.

**Wenn die Spucke wegbleibt** Trotz der Tatsache, dass moderne Antihypertonika insgesamt gut verträglich sind, kann die medikamentöse Behandlung mit Nebenwirkungen einhergehen. Eine davon: verminderte Speichelbildung! Sie wird darüber hinaus auch bei der Therapie mit Diuretika und Betablockern beobachtet. Normalerweise produzieren die Speicheldrüsen rund einen bis anderthalb Liter Flüssigkeit pro Tag. Gut so, denn die „Spucke“ enthält neben Wasser zahlreiche weitere wichtige Bestandteile, darunter Mineralien und Enzyme, und erfüllt wichtige Aufgaben. Speichel erleichtert das Schlucken und Kauen, zersetzt mit seinen Enzymen die Nahrung und ist zudem unerlässlich für die Gesundheit von Mund und Zähnen. Denn Speichel gilt als natürlicher Schutzfaktor vor Karies.

**Warum Karies entsteht** Zur Erinnerung: Karies, im Volksmund als Zahnfäule bekannt, wird durch den Stoffwechsel von Bakterien verursacht. Kariogene Bakterien, die in der Mundhöhle beheimatet sind,

vermehren sich im Zahnbelag (Plaque) und verwandeln Zucker aus unserer Nahrung in Säuren. Diese Zuckersäuren greifen den Zahnschmelz an und bewirken, dass sich der essenzielle Zahnbaustein Kalzium aus dem Zahnschmelz herauslöst. Zahnärzte sprechen von einer Demineralisierung des Zahnschmelzes, die eine frühe Form von Karies darstellt. Bleibt die Demineralisierung unbemerkt und unbehandelt, schreitet die Zahnerkrankung Karies weiter fort – und es entsteht das gefürchtete Loch im Zahn.

Doch was hat Speichel mit allem zu tun? Ganz einfach: Speichel neutralisiert Säuren, die in der Mundhöhle durch die kariesverursachenden Bakterien produziert werden. Auf diese Weise schützt er vor Karies. Und das bedeutet im Umkehrschluss: Ist die Speichelproduktion, zum Beispiel durch die Einnahme blutdrucksenkender Arzneimittel, reduziert und der Mund trocken, können die schädlichen Säuren die Zähne länger attackieren und somit eine verstärkte Demineralisierung des Zahnschmelzes be-

günstigen. Zudem wird der Mineralstofftransport zu den Zähnen vermindert und die natürliche Remineralisierung gehemmt.

**Wie Sie ins Gespräch kommen** Viele Erwachsenen kennen Karies aus eigener Erfahrung. Und viele von ihnen wissen, dass sie mehr unternehmen könnten und müssten, um der Zahnfäule die Rote Karte zu zeigen. Für Sie als PTA sind diese Zusammenhänge und Erkenntnisse ein guter Ansatzpunkt, um Apothekenkunden mit Bluthochdruck für die Themen Zahngesundheit und Kariesprophylaxe zu sensibilisieren. Gute Anlässe, um mit Ihren Kunden über Mundgesundheit ins Gespräch zu kommen, bieten sich beispielsweise dann, wenn Rezepte für blutdrucksenkende Medikamente eingelöst werden oder sich Kunden nach Wechselwirkungen zwischen selbst gekauften Arzneimitteln und verordneten Antihypertonika erkundigen. Ebenfalls sinnvoll: Wenn Kunden über Mundtrockenheit klagen, sollten Sie nachfragen, welche Arzneimittel eingenommen werden



© oneblink1 / fotolia.com

und Betroffenen nicht nur zum Arztbesuch, sondern auch zu konsequentem Schutz vor Karies raten.

#### Wozu Sie raten können

Gründliches Zähneputzen mit einer hochwertigen Zahnbürste und der individuell bestmöglichen Zahnpasta ist das A und O, um die Zähne vor Karies zu bewahren. In Ergänzung zum täglichen Zahnputzritual gehört aber auch die regelmäßige Intensiv-Fluoridierung zur Kariesprophylaxe. Denn Fluoride schützen die Zähne vor Säureangriffen. Gut geeignet zur Vorbeugung und auch zur unter-

stützenden Behandlung von Karies im Anfangsstadium (Initialkaries) ist die regelmäßige Anwendung eines konzentrierten Fluoridgels wie elmex® gelée. Empfehlen Sie Ihren Kunden, das apothekenexklusive Präparat einmal wöchentlich zwei Minuten lang gründlich in die Zähne einzubürsten und danach gut auszuspülen. Durch die Anwendung von elmex® gelée wird der Zahnschmelz intensiv fluoridiert, mineralisiert, nachhaltig gehärtet und vor Karies geschützt. Geeignet ist das Produkt für Kinder ab sechs Jahren, Jugendliche und Erwachsene. Bis zum

18. Lebensjahr wird es von den gesetzlichen Krankenkassen erstattet.

Für das tägliche Zähneputzen bietet sich eine hochwertige Zahncreme wie elmex® Karieschutz Professional™ an, die neben Fluorid einen patentierten Zuckersäuren-Neutralisator aus Arginin und Kalzium enthält. Das Besondere: Die Aminosäure Arginin hilft dabei, ein basisches Milieu an der Zahnoberfläche zu erzeugen. So werden Zuckersäuren – die Hauptverursacher von Karies – neutralisiert, bevor sie dem Zahn Mineralien entziehen können. Studien haben gezeigt: Die kli-

nisch bestätigte Formel erreicht eine besonders hohe Remineralisierung und führt dadurch zu 20 Prozent weniger neuen Kariesläsionen.<sup>1</sup>

#### Wann Spezialisten gefragt sind

Nicht nur Bluthochdruck kann durch die Nebenwirkungen der benötigten Arzneimittel den Zähnen schaden. Auch andere Erkrankungen oder einfach die individuellen Lebensgewohnheiten können zu Zahnproblemen führen. Kunden, die auf „Spezialisten“ angewiesen sind, gibt es viele. Für sie sind hochwertige Zahnpflegeprodukte mit Zusatznut- ➤

## AKTION FIT FÜR DIE BERATUNG

► zen eine gute Empfehlung. Drei Beispiele:

1. Für Kunden, deren Zähne regelmäßig verstärkten Säureattacken ausgesetzt sind, zum Beispiel durch häufiges Sod-

entgegenwirken. Zahnschmelzabbau, Experten sprechen von Zahnerosion, ist in frühen Stadien schwer erkennbar, da zunächst weder Zahnverfärbungen zu sehen sind noch Zahnschmerzen auftreten. Erst in

derstandsfähiger gegen wiederholte Säureangriffe machen. Tipp: Raten Sie Kunden mit erhöhtem Risiko für Zahnerosionen zudem, eine weiche Zahnbürste zu benutzen und den Speichelfluss durch Kauen von

tive Professional™ eine gute Empfehlung. Durch Schäden am Zahnschmelz können freiliegende Zahnhälse entstehen, die die Zähne schmerzempfindlich machen. Verursacht werden die Schmerzen beim Zähneputzen durch offene Reizleiterkanälchen im Zahnbein (Dentin). Hier setzt die Wirkung von elmex® Sensitive Professional™ an: Dank ihrer speziellen Technologie verschleißt die Zahncreme die Reizleiterkanälchen und schützt so vor Schmerzempfindlichkeit. Tipp: Empfehlen Sie Ihren Kunden, für sofortige Schmerzlinderung ein wenig Zahnpasta mit der Fingerspitze auf den empfindlichen Zahn aufzutragen und für eine Minute sanft einzumasieren. Für lang anhaltenden Schutz die Zähne zweimal täglich mit elmex® Sensitive Professional™ putzen.

### WUSSTEN SIE, DASS...

- + ...verschiedene Arzneimittel zu Mundtrockenheit führen und das Kariesrisiko erhöhen können? Neben Antihypertonika gehören z.B. auch Medikamente aus der Gruppe der Antidepressiva, der Sedativa und Eisenpräparate dazu.
- + ...der häufige Verzehr zuckerreicher Lebensmittel und Getränke die Entstehung von Karies begünstigt? Aber auch freiliegende Wurzeloberflächen und eine unzureichende Mund- und Zahnpflege sind klassische Risikofaktoren.
- + Karies bei weitem kein typisches „Altersproblem“ ist: Fast 98 Prozent der 35- bis 44-Jährigen haben bereits Erfahrungen mit Karies, hat eine Studie gezeigt.

brennen (Ursachen ärztlich abklären lassen!) oder durch vermehrten Genuss von Softdrinks und isotonischen Sportgetränken, sind Zahnpflegeprodukte empfehlenswert, die säurebedingtem Zahnschmelzabbau

fortgeschrittenen Stadien werden Erosionen dann sicht- und spürbar. Vorbeugen kann, wer sich für Präparate wie elmex® Zahnschmelzschutz Professional™ entscheidet, die den Zahnschmelz stärken und wi-

zuckerfreiem Kaugummi zu stimulieren.

2. Für Kunden, deren Zähne beim Putzen empfindlich und schmerzhaft reagieren, sind Zahnpasten wie elmex® Sensi-

3. Für Kunden, die sich homöopathisch behandeln lassen, sind herkömmliche Zahnpasten nicht gut geeignet. Der Grund: Laut klassischer Homöopathie-Lehre können mentholhaltige Zahnpasten die Wirkung homöopathischer Arzneimittel beeinträchtigen oder gar aufheben. Tipp: Empfehlen Sie dieser anspruchsvollen Kundengruppe eine hochwertige Spezialzahnpasta wie elmex® mentholfrei, die den Zahnschmelz einerseits nachhaltig mit Aminfluorid stärkt, andererseits aber frei von Inhaltsstoffen wie Menthol, Kampfer und ätherischen Ölen ist. Sie sorgt für wirksamen Kariesschutz auch während einer homöopathischen Behandlung. ■

*Andrea Neuen,  
Freie Journalistin*

### WEIL GESUNDHEIT AUCH MUNDSACHE IST

Patienten mit Bluthochdruck und anderen Herzerkrankungen sollten alles unternehmen, um ihre Zähne gesund zu halten und Zahnverlust zu vermeiden. Denn eine im „European Journal of Preventive Cardiology“ veröffentlichte Studie aus Schweden hat herausgefunden, dass die Anzahl der vorhandenen Zähne im Mund das Sterberisiko bei Menschen mit koronarer Herzerkrankung signifikant beeinflusst. Zentrales Ergebnis: Zahnlose KHK-Patienten haben ein fast doppelt so hohes Sterberisiko wie Herzpatienten, die noch alle Zähne im Mund haben. Zeigen konnten die schwedischen Forscher zudem, dass sich die Anzahl verlorener Zähne linear proportional zur Sterberate verhält. Für die Studie wurden über 15 000 Patienten aus 39 Ländern über einen Zeitraum von fast vier Jahren beobachtet. Bereinigt um kardiovaskuläre Risikofaktoren und sozioökonomischen Status hatte die zahnlose Gruppe im Vergleich zu den Probanden mit allen eigenen Zähnen ein 27-prozentig erhöhtes Risiko für schwere kardiovaskuläre Ereignisse, ein 85-prozentig erhöhtes Risiko von kardiovaskulärem Tod, ein 81-prozentig erhöhtes Risiko an anderen Ursachen zu sterben und ein 67-prozentig erhöhtes Schlaganfallrisiko.

Quelle:

<sup>1</sup> Indikationsbooklet GABA