

Parodontitis & Ernährung

Als Entstehungsgrund für parodontale Erkrankungen wird klassischerweise Plaque aufgeführt und dementsprechend auch der Plaquekontrolle die primäre präventive und therapeutische Rolle zugeschrieben. Allerdings zeigen Untersuchungen der letzten Jahre, dass diese üblicherweise gefundene Korrelation zwischen Plaque und parodontaler Entzündung wohlmöglich nur unter den aktuellen westlichen Ernährungsbedingungen („Western Diet“) gilt. Diese Ernährungsform besteht vornehmlich aus hoch-verarbeiteten Stoffen (wie Zucker, Weißmehlen, Salz und Fetten) mit einem Fehlen von gesundheitsfördernden Stoffen (wie Ballaststoffen, Vitaminen, Omega-3 Fettsäuren).

Das Gute an diesen Erkenntnissen ist, dass Ernährung wiederum als therapeutischer Faktor genutzt werden kann, um sowohl Mundgesundheit als auch Allgemeingesundheit wiederherzustellen. Dieses konnte in diversen aktuellen Untersuchungen gezeigt werden. Vor diesem Hintergrund kann Ernährungsberatung in der Zahnarztpraxis wesentlich die Mund- und Allgemeingesundheit fördern. Der Vortrag stellt die zugrundeliegenden Mechanismen und Beratungspunkte vor.