

## KARIES

Karies ist die Zerstörung der Zahnhartsubstanz durch Säureeinwirkung und Bakterien (Biofilm).

In der gesunden Mundhöhle herrscht ein Gleichgewichtszustand: Der Speichel repariert die Zähne und führt ihnen Mineralstoffe zu, die durch Säureeinwirkung verloren gegangen sind. Ist die Säureeinwirkung zu groß, wird die Zahnschmelz entkalkt; sichtbar an weißlich opaken Flecken.

Dieser Zustand ist noch rückgängig zu machen, solange der Zahnschmelz nicht in seiner inneren Struktur geschädigt ist!

Wird ein gewisser Punkt überschritten, kommt es jedoch zum Zusammenbruch der Schmelzstruktur und es entsteht ein nicht mehr reversibler Defekt, ein Loch, das zahnärztlich versorgt werden muss.

Dieser Prozess schreitet weiter fort, solange die Säure- und Bakterieneinwirkung nicht verhindert wird.

Die Hauptursachen sind: Zucker in Verbindung mit Bakterien und Plaque, Getränke wie Cola, Orangensaft etc., Bulimie (Erbrechen) oder verminderte Speichelqualität.

Bakterien, insbesondere Streptokokkus mutans, vermehren sich unter optimalen Wachstumsbedingungen im warmen Milieu der Mundhöhle und bei entsprechendem Zuckerangebot rasant und bilden innerhalb von 24 Stunden eine klebrige Plaque, den Biofilm, mit deren Hilfe sie sich an der Zahnschmelz anheften.

Als Stoffwechselprodukt produzieren diese Bakterien Säuren. Diese Säuren greifen die Zahnschmelz an, die unter dem Biofilm nicht vom Speichel geschützt werden kann. Deshalb gilt diesbezüglich der Grundsatz: Ein sauberer Zahn wird nicht krank!

Starke Säureeinwirkungen, die über einen längeren Zeitraum die Wirkung des Speichels überwiegen, wie z.B. durch Cola, übermäßigen Genuss von Kaffee, Orangen- Apfelsaft und Obst, aber auch durch die Magensäure bei häufigem Erbrechen, wie z.B. bei Magersucht, schädigen ebenfalls den Zahnschmelz.

Schließlich kann auch eine verminderte Schutzwirkung des Speichels durch zu geringe Speichelmenge und Pufferkapazität (Säureneutralisation) oder zu niedrigem pH-Wert zu Zahnschäden führen.

### **Voraussetzungen für gesunde Zähne sind deshalb:**

- Ausgewogene, vollwertige Ernährung: Zucker macht zahnlos! (z.B. nach den Empfehlungen von Dr. med. M. Bruker)
- Vermeidung von übermäßigem Stress: Stress macht sauer!-Richtige Zahnpflege, Prophylaxe und professionelle Zahnreinigung

### **Ein sauberer Zahn wird nicht krank!**

Unser Prophylaxeprogramm bietet Ihnen das komplette Biofilm-Management: Messung der Bakterienzahl, der Speichelmenge, der Pufferkapazität und des pH-Wertes, professionelle Zahnreinigung, Fluoridierung zur Remineralisation und kurze Ernährungsberatung