

Bedeutung der Mundgesundheit für die Prävention von Gebrechlichkeit im Alter

Datum: 26.08.2026

Original Titel:

Association between oral health status and frailty in older adults: a systematic review and meta-analysis

Kurz & fundiert

- Zusammenhang zwischen objektiv gemessenen Mundgesundheitsindikatoren und Gebrechlichkeit bei älteren Menschen?
- Systematischer Review mit Metaanalyse mit 28 Studien aus mehreren internationalen Datenbanken
- Geringere Zahnzahl, unzureichende Gebissfunktion und Prothesen mit erhöhter Gebrechlichkeit assoziiert
- Zusammenhänge mit Gebrechlichkeit: Funktionelle Einschränkungen wie reduzierte Zungenkraft, verminderte Okklusionskraft, eingeschränkte Zangenbewegungen und schlechte Nahrungszerkleinerung
- Mundgesundheit relevant für gesundes Altern und Prävention von Gebrechlichkeit

MedWiss – Verschiedene Indikatoren der Mundgesundheit, von der Zahnzahl über die Zungenkraft bis hin zur Kaufunktion, stehen in engem Zusammenhang mit Gebrechlichkeit im Alter, so das Fazit einer aktuellen Studie aus China. Eine gute Mundgesundheit könnte somit ein entscheidender Faktor sein, um Gebrechlichkeit vorzubeugen und die Lebensqualität älterer Menschen zu sichern.

Eine aktuelle Studie aus China hat den Zusammenhang zwischen der Mundgesundheit und der Gebrechlichkeit älterer Menschen untersucht.

Mundgesundheit: Relevant für Gebrechlichkeit im Alter?

Dabei wurden umfassende und objektive Indikatoren der Mundgesundheit herangezogen, um den Zusammenhang näher zu beleuchten. Hierzu führten die Wissenschaftler eine systematische Recherche in den Datenbanken PubMed, Embase, Cochrane Library und Web of Science bis 1. Juli 2024 durch. Zur Metaanalyse des Zusammenhangs zwischen verschiedenen Mundgesundheitsindikatoren und Gebrechlichkeit kamen Odds Ratios (OR), Mittelwertdifferenzen (MD) und 95 % Konfidenzintervalle zum Einsatz. Für alle Endpunkte wurde eine Sensitivitätsanalyse durchgeführt.

Systematischer Review mit Metaanalyse über 28 Studien

Insgesamt wurden 28 Studien in die Metaanalyse eingeschlossen. Mehrere Indikatoren der Mundgesundheits zeigten signifikante Zusammenhänge mit Gebrechlichkeit im Alter. So senkten ein funktionales Gebiss und tägliches Zähneputzen das Risiko für Gebrechlichkeit. Auch Menschen, die keine Prothesen trugen, hatten ein reduziertes Risiko für Gebrechlichkeit im Alter.

- Zahnzahl: MD: -0,591
- Funktionales Gebiss (≥ 21 Zähne): OR: 0,236
- Keine Prothesen: OR: 0,733
- ≤ 20 Zähne bzw. Prothesenträger: OR: 2,320
- Tägliches Zähneputzen: OR: 0,562
- Zungenkraft bzw. verringerte Zungenkraft: MD: -0,582; OR: 1,618
- Okklusionskraft bzw. reduzierte Okklusionskraft: MD: -0,526; OR: 1,846
- Eingeschränkte Zungenbewegungen: OR: 1,876
- Schlechte Fähigkeit, Nahrung im Mund zu mischen und zu zerkleinern: OR: 2,303
- Werte ≥ 4 im Oral Health Assessment Tool: OR: 2,501

Förderung der Mundgesundheits für bessere Lebensqualität älterer Menschen

Die Studienergebnisse zeigen, dass strukturelle und funktionelle Aspekte der Mundgesundheits mit Gebrechlichkeit assoziiert sind. Die Analyse verdeutlicht, dass vielfältige Indikatoren der Mundgesundheits mit Gebrechlichkeit im höheren Lebensalter assoziiert sind. Die Berücksichtigung dieser Zusammenhänge sind wichtig, um Gebrechlichkeit vorzubeugen und die Lebensqualität älterer Menschen und gesundes Altern zu fördern, so das Fazit der Studienautoren.

Referenzen:

Huang J, Zhang Y, Xv M, Sun L, Wang M. Association between oral health status and frailty in older adults: a systematic review and meta-analysis. *Front Public Health*. 2025 Mar 31;13:1514623. doi: 10.3389/fpubh.2025.1514623. PMID: 40231179; PMCID: PMC11995049.