

Diabetes und Parodontitis: ein gefährliches Duo

Experten raten zur regelmäßigen Zahnarztkontrolle

Berlin – Rund elf Millionen Menschen in Deutschland leiden unter einer behandlungsbedürftigen Entzündung des Zahnhalteapparates. Besonders schwer betroffen von einer Parodontitis sind Patienten mit Diabetes Typ 1 und 2: Sie haben ein dreifach erhöhtes Risiko, an Parodontitis zu erkranken und verlieren mehr Zähne, wobei sich gleichzeitig die Einstellung des Blutzuckerspiegels durch die Zahnfleischerkrankung verschlechtert. Die Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG) rät daher allen Diabetespatienten zur gründlichen Mundhygiene und regelmäßigen Zahnarztkontrolle. Darüber hinaus ist es wichtig, auf die Blutzuckereinstellung achten, um das Parodontitis-Risiko zu senken.

Parodontitis ist die häufigste chronische Erkrankung weltweit. Als Hauptauslöser für die Entzündung des Zahnhalteapparates gilt der bakterielle Zahnbelag. Dieser führt zu einer oberflächlichen Entzündung des Zahnfleisches – der Gingivitis –, die sich unbehandelt zur Parodontitis ausweiten kann. „Außer mangelnder Mundhygiene sind Rauchen, Stress und genetische Faktoren Ursachen für diese chronische Entzündung“, erklärt DDG-Präsident Professor Dr. med. Dirk Müller-Wieland. Ein weiterer großer Risikofaktor ist der Diabetes mellitus.

„Ist der Blutzuckerspiegel des Diabetespatienten schlecht eingestellt, steigt das Risiko für Parodontitis stark an“, betont Müller-Wieland. „Auch ist dann die Zahnfleisch-Behandlung komplizierter, der Krankheitsverlauf schwerer, ein Zahnverlust häufiger.“ Umgekehrt verschlechtert eine Parodontitis wiederum die Blutzuckereinstellung – mit der Tiefe der Zahnfleischtaschen steigt auch der Langzeit-Blutzuckerwert an. Untersuchungen haben gezeigt, dass die Sterblichkeit von parodontal erkrankten Diabetespatienten höher ist als bei Menschen mit gesundem Zahnfleisch. Grund sind Entzündungsprozesse, die sich unter anderem negativ auf das Herz auswirken.

Das Schwierige an der Erkrankung: Parodontitis verursacht selten Schmerzen. „Es ist daher wichtig. Unbedingt auf erste Warnzeichen wie Zahnfleischbluten, geschwollenes Zahnfleisch, Mundgeruch, Änderungen der Zahnstellung oder länger werdende, gelockerte Zähne zu achten“, betont DDG Experte Priv. Doz. Dr. med. Erhard Siegel. Die DDG rät zudem zu regelmäßigen zahnärztlichen Untersuchungen, um jegliches Risiko auszuschließen.

Bei der zahnärztlichen Früherkennungsuntersuchung erkennt der Arzt mithilfe des „Parodontalen Screening Indexes“ (PSI) bereits frühe Formen der Parodontitis und kann sie behandeln. „Insbesondere Menschen mit Diabetes sollten mindestens einmal jährlich zur Kontrolle beim Zahnarzt gehen“, empfiehlt Siegel. Der Verzicht auf Rauchen, eine ausgewogene Ernährung sowie die Vermeidung von Übergewicht und Stress können das Parodontitis-Risiko weiter senken. Für eine erste Einschätzung, wie hoch das eigene Parodontitis-Risiko ist, stellt die Deutsche Gesellschaft für Parodontologie (DG Paro) online einen Selbsttest zur Verfügung:

<https://www.dgparo.de/media/download-5a1fbbed30aef0>

„Auch Diabetologen, Haus- und Zahnärzte sollten für dieses Thema zunehmend sensibilisiert werden“, fordert Müller-Wieland. „Denn in Deutschland wissen etwa zwei Millionen Menschen nicht, dass sie an Diabetes erkrankt sind und folglich ein erhöhtes Risiko für Parodontitis besitzen.“ Alle

beteiligten Fachärzte seien aufgerufen, mehr Aufklärung und Prävention in ihre Praxen zu bringen. „Beispielsweise könnten Screening-Maßnahmen wie ein Diabetestest in Zahnarztpraxen oder die Aufnahme des Zahnstatus in die hausärztliche Anamnese eine bessere Parodontitis-Vorsorge gewährleisten“, schlägt Siegel vor.

Um die Zusammenarbeit zwischen Ärzten und Zahnärzten zu intensivieren, arbeitet die DDG derzeit an einer neuen AWMF-Leitlinie „Diabetes und Parodontitis“. Sie soll wichtige Erkenntnisse zur Wechselwirkung zwischen beiden Erkrankungen vermitteln und konkrete Empfehlungen zur Betreuung und Früherkennung geben.

Über die Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG):

Die Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG) ist mit mehr als 9.000 Mitgliedern eine der großen medizinisch-wissenschaftlichen Fachgesellschaften in Deutschland. Sie unterstützt Wissenschaft und Forschung, engagiert sich in Fort- und Weiterbildung, zertifiziert Behandlungseinrichtungen und entwickelt Leitlinien. Ziel ist eine wirksamere Prävention und Behandlung der Volkskrankheit Diabetes, von der mehr als sechs Millionen Menschen in Deutschland betroffen sind. Zu diesem Zweck unternimmt sie auch umfangreiche gesundheitspolitische Aktivitäten.