

Keine Angst bei Zahnschmerzen

UKJ-Experten klären auf, woher Zahnschmerzen kommen und wie sie gar nicht erst entstehen

Jena (UKJ/kbo). Wer schon mal Zahnschmerzen hatte, weiß: Das ist kein Vergnügen. Es pocht, zieht oder sticht heftig. Mal ereilt uns der Schmerz nur beim Essen oder Trinken, mal plagt er uns dauerhaft. Aber warum tut das eigentlich so weh? Wieso sollte man Zahnschmerzen schnellstmöglich beim Zahnarzt abklären lassen? Und warum braucht man vor der Behandlung keine Angst zu haben? Das wissen die Zahnärzte des Zentrums für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde des Uniklinikums Jena (UKJ). Schließlich ist am 9. Februar Tag der Zahnschmerzen.

Auch wenn Zahnschmelz die härteste Substanz des menschlichen Körpers ist, haben unsere Zähne auch eine „weiche Seite“. Sie sind eben nicht nur leblose Kauwerkzeuge. „Wie jedes Organ in unserem Körper besitzt auch jeder einzelne Zahn ein komplexes Netzwerk aus Blutgefäßen, Lymphgefäßen und Nervenfasern. Diese erstrecken sich vom Zahnmark, der sogenannten Pulpa, bis ins Zahnbein, auch Dentin genannt.“ „Dadurch können wir Wärme, Kälte, Druck oder chemische Reize wahrnehmen - und eben auch Schmerzen“, weiß Oberarzt Dr. Markus Reise, Zahnarzt in der Poliklinik für Konservierende Zahnheilkunde und Parodontologie unter der Leitung von Universitätsprofessor Dr. Dr. Bernd W. Sigusch am UKJ.

Karies ist Hauptursache für Zahnschmerzen

Ganz häufig stecken hinter Zahnschmerzen Karies und ihre Folgen. Karies entsteht, wenn der bakterielle Biofilm, also Plaque, nicht regelmäßig und gründlich von den Zähnen entfernt wird. Das begünstigt säurebildenden Mikroorganismen, die Zahnhartsubstanz zu zerstören. Schlimmstenfalls führt das zu einer Pulpitis, einer - sehr schmerzhaften - Entzündung des Zahnmarks. „Patienten bemerken Karies leider oft erst, wenn sie fortgeschritten ist, eben in Form eines schmerzenden Zahnes oder eines Lochs. Daher ist es wichtig, zwei Mal im Jahr zur zahnärztlichen Kontrolle zu gehen“, bestätigt Reise. Die Zahnärzte können schon kleinste kariöse Läsionen erkennen, zum Beispiel mittels Bissflügel-Röntgenaufnahmen, - und sie frühzeitig therapieren.

Zahnschmerzen nicht einfach aussitzen

Überhaupt gilt: Bei Zahnschmerzen sollte man schnellstmöglich einen Zahnarzt aufsuchen. Schmerztabletten verschaffen vielleicht kurzzeitig Linderung. Die Ursache für die Schmerzen bekämpfen sie aber nicht. „Einfach abzuwarten oder den Zahnarztbesuch hinauszuzögern, kann schwerwiegende Folgen haben“, warnt der erfahrene Zahnarzt. Die bakterielle Infektion des Zahnes kann sich ausbreiten. Nicht nur auf den umliegenden Kieferknochen, sondern sogar in den gesamten Hals- und Kopfbereich bis hin zum Brustraum. „Derartige Infektionen können für den Patienten lebensbedrohlich werden.“

Minimalinvasive Therapiemöglichkeiten am UKJ

Viele scheuen jedoch den Zahnarzt aus Angst vor dem Bohrer und den Schmerzen der Behandlung. „Am UKJ bieten wir verschiedene minimalinvasive Therapiekonzepte an“, beruhigt Reise. Dadurch

ist eine Entfernung der Karies unter Umständen ohne Bohrer möglich, beispielsweise mittels Laser oder Kariesinfiltrationstherapie. Allerdings nur, wenn die Löcher noch nicht zu groß sind. Auch bei Zahnfleischentzündungen wie Gingivitis oder Parodontitis greifen die Zahnärzte am UKJ gerne auf eine schonende Softlasertherapie zurück. Nur in ganz seltenen Fällen ist eine Behandlung unter Vollnarkose notwendig. Eine sanftere Methode ist die Sedierung mit Lachgas direkt am Behandlungsstuhl. Wer Angst vor der Behandlung hat, spricht das am besten beim Zahnarzt an. „Angst sollte nie der Grund sein, eine Behandlung zu scheuen“, sagt Reise.

Vorbeugen mit richtiger Mundhygiene, gesunder Ernährung und regelmäßigem Zahnarztbesuch

Damit Zahnschmerzen erst gar nicht entstehen, kann jeder selbst vorbeugen. Ganz entscheidend ist die Mundhygiene zuhause. Zwei Mal täglich Zähneputzen und dabei besonders auf die Reinigung der Zahnzwischenräume achten, empfiehlt der Experte. Dabei helfen Interdentalbürsten oder Zahnseide. Eine Professionelle Zahnreinigung schützt außerdem vor Zahnfleischentzündungen. Wer auf gesunde Ernährung achtet, tut auch seinen Zähnen Gutes: lieber weniger niedermolekulare Kohlehydrate oder saure Lebensmittel essen, wie Süßigkeiten oder Softdrinks, und stattdessen auf eine vitaminreiche Ernährung mit Obst und Gemüse setzen. Die schützt auch das Zahnfleisch. Zudem ist der regelmäßige Besuch beim Zahnarzt wichtig, idealerweise schon vom ersten Zahn an.