

Was haben 100-Jährige, was andere nicht haben?

Datum: 11.05.2026

Original Titel:

Edentulousness and the Likelihood of Becoming a Centenarian: Longitudinal Observational Study

Kurz & fundiert

- **Gesund Altern: Was haben 100-Jährige, was andere nicht haben?**
- Analyse von Zahnlosigkeit bei 4 239 Menschen ab 80 Jahren
- Eigene Zähne erhöhen die Chance, besonders alt zu werden

MedWiss - Was haben Menschen, die 100 Jahre alt werden, was andere nicht haben? Wissenschaftler fühlten dazu Tausenden in China auf den Zahn.

Weltweit werden Menschen älter – die globale Lebenserwartung ist in den vergangenen Jahrzehnten auf 73,5 Jahre angestiegen, schätzen Wissenschaftler derzeit. Ein hohes Alter zu erreichen, ist aber nicht alles. Gesundes Altern ist sowohl individuell als auch für die Gesellschaft ein viel wichtigeres Ziel. Die Mundgesundheit spielt dabei eine große Rolle, fand nun eine Studie in China.

Gesund Altern: Was haben 100-Jährige, was andere nicht haben?

Wissenschaftler untersuchten anhand einer großen Bevölkerungsbefragung, wie häufig Menschen ab 80 Jahren zahnlos waren oder noch eigene Zähne besaßen. Aus diesen Daten ermittelten sie die Chance, 100 Jahre alt zu werden.

Analyse von Zahnlosigkeit bei 4 239 Menschen ab 80 Jahren

Die Studie umfasste 4 239 Personen zwischen 80 und 100 Jahren. Die Wahrscheinlichkeit, 100 Jahre alt zu sein, war signifikant höher bei Menschen mit eigenen Zähnen im Vergleich zu zahnlosen Personen (Odds Ratio, OR: 1,384; 95 % Konfidenzintervall, KI: 1,093 – 1,751). Dieser Zusammenhang bestätigte sich bei der Nachbeobachtung von Menschen über mindestens 2 Jahre, eigene Zähne erhöhten die Chance, 100 Jahre alt zu werden, um 52 % (OR: 1,522; 95 % KI: 1,083 – 2,140; p = 0,02). Die Wahrscheinlichkeit stieg zudem signifikant mit der Zahl eigener Zähne an (OR: 1,022; 95 % KI: 1,002 – 1,042; p = 0,03).

Eigene Zähne erhöhen die Chance, besonders alt zu werden

Ein sehr hohes Alter zu erreichen, steht damit mit der Mundgesundheit – speziell der Zahl eigener Zähne – in Zusammenhang. Hundertjährige hatten häufiger eigene Zähne als weniger alte Menschen. Die Zahnpflege trägt somit wesentlich zum gesunden Altern bei.

Referenzen:

Wei X, Zhuang L, Li Y, Shi J, Yang Y, Lai H, Liu B. Edentulousness and the Likelihood of Becoming a Centenarian: Longitudinal Observational Study. *JMIR Aging*. 2025 Mar 21;8:e68444. doi: 10.2196/68444. PMID: 40116785; PMCID: PMC11951808.