

Medienmitteilung

Weltseniorentag: Mundgesundheit fördert die Lebensqualität im Alter

Bern, 30. September 2013. Am Weltseniorentag vom 1. Oktober 2013 ruft die Schweizerische Zahnärzte-Gesellschaft SSO dazu auf, auch im Alter die Zähne sorgfältig zu pflegen. Was viele Senioren nicht wissen: Eine Vernachlässigung der Mundhygiene kann zu Lungenentzündung, Diabetes oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen führen.

Dank der Kariesprophylaxe erfreuen sich heute viele Seniorinnen und Senioren eigener Zähne bis ins hohe Alter. Die späten Jahre bringen aber oft eine eingeschränkte Beweglichkeit mit sich – das Zähneputzen fällt zunehmend schwer, und die Besuche beim Zahnarzt werden seltener. Damit verschlechtert sich häufig die Mundhygiene. Was viele Senioren nicht wissen: Eine Vernachlässigung der Zahnpflege kann zu Lungenentzündung, Diabetes oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen führen. Eine regelmässige zahnärztliche Kontrolle ist auch im Alter wichtig. So lassen sich Karies, Zahnbettentzündung und damit zusammenhängende Allgemeinerkrankungen vermeiden. Ist der Weg zur Zahnarztpraxis zu beschwerlich, gibt es Transportangebote – zum Beispiel den Fahrdienst vom Schweizerischen Roten Kreuz. Auf der Website der Schweizerischen Zahnärzte-Gesellschaft finden sich weitere Informationen zur Zahnpflege im Alter (www.sso.ch).

Schlechte Zahnpflege kann zu Lungenentzündungen führen

Werden die Zähne nicht richtig geputzt, können Plaque-Bakterien das Zahnfleisch entzünden. Ohne entsprechende Pflege breitet sich die Entzündung in die Tiefe aus und befällt allmählich den Knochen. Die Gingivitis (Zahnfleischentzündung) entwickelt sich zur Parodontitis (Entzündung des Zahnhalteapparates). Die entzündeten Zahnfleischtaschen stellen Eintrittspforten für Bakterien in die Blutbahn dar. Die Bakterien können Blutgefässe und Herzklappen angreifen. In der Folge steigt das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall. Bakterien aus dem Zahnbelag sind häufig auch verantwortlich für Lungenentzündungen. Bei betagten Menschen und Personen mit geschwächtem Immunsystem kann das lebensbedrohlich sein. In Pflegeheimen gehören Lungenentzündungen zu den häufigsten Infektionskrankheiten. Man geht davon aus, dass mit einer guten Mundgesundheit über 50% der Lungenentzündungen in Altersheimen verhindert werden können. Der SSO-Ratgeber «Handbuch der Mundhygiene» gibt Pflegenden wertvolle Hinweise und nützliche Tipps, wie sie die orale Gesundheit bei betagten, chronisch kranken und behinderten Menschen erhalten und fördern können. Der Ratgeber für das Pflegepersonal kann auf der Website der Schweizerischen Zahnärzte-Gesellschaft heruntergeladen oder im SSO-Shop bestellt werden (shop@sso.ch, Tel. 031 310 20 80).

Für weitere Auskünfte:

Felix Adank, Presse- und Informationsdienst SSO, Tel. 031 310 20 80