

## Medienmitteilung

### Beim Sport die Zähne schützen

**Bern, 17. September 2015. Zahnunfälle beim Sport sind nicht ungewöhnlich. Besonders riskant sind schnelle Sportarten und Sportarten mit Körperkontakt. Zwei im «Swiss Dental Journal» veröffentlichte Studien der Universität Basel zeigen, wie häufig Zahnunfälle im Karate und Skispringen sind und ob sich Sportler angemessen schützen.**

10 bis 15 Prozent aller Zahnunfälle passieren beim Sport. Wer einen Zahnschutz trägt, kann dieses Risiko verkleinern. Falls doch einmal ein Zahn abbricht, ist rasches Handeln wichtig. In einer Zahnrettungsbox ist der Zahn mehrere Stunden lang sicher aufgehoben. Damit steigt die Chance für eine erfolgreiche Wiedereinsetzung beim Zahnarzt.

Forscher an den Universitäten Basel und Würzburg haben Zahnunfälle im Karate und Skispringen untersucht. Dazu wurden 420 Karatekämpfer aus 43 Ländern befragt sowie 465 Skispringer und Nordisch Kombinierer aus 18 Ländern, darunter jeweils Männer und Frauen. Die Ergebnisse sind in der Ausgabe 7/8 2015 des «Swiss Dental Journal» publiziert<sup>1</sup>.

Knapp über zehn Prozent der befragten Karatekas hatten im Training oder beim Wettkampf eine Zahnverletzung erlitten. Bis auf wenige Ausnahmen tragen die Sportler immer einen Zahnschutz. Allerdings hat fast die Hälfte der Befragten den Zahnschutz angepasst, beispielsweise mit der Schere beschnitten. Das schwächt die Schutzfunktion. Am Besten schützt ein individuell an den Sportler und auf die Sportart angepasster Zahnschutz. Dafür nimmt der Zahnarzt einen Abdruck vom Gebiss, das Dentallabor fertigt danach den Zahnschutz.

Von den Skispringern und Nordisch Kombinierern gaben ebenfalls rund 10 Prozent an, sie hätten einen Zahnunfall erlitten. Zwar kannten zwei Drittel der Befragten den Zahnschutz für Sportler, aber nur sechs Athleten tragen ihn. Die Zahnrettungsbox ist wenig bekannt: Nur gut 6 Prozent der Skispringer und Kombinierer und zwölf Prozent der Karatekas hatten bereits davon gehört.

Die Basler Forscher schliessen aus diesen Ergebnissen, dass sowohl Karatekämpfer als auch Skispringer ein mittleres Risiko für Zahnunfälle tragen. Trainer und Sportclubs sollten deshalb den Athleten den korrekten Gebrauch des Zahnschutzes und der Zahnrettungsbox zeigen.

Schweizer Zahnärztinnen und Zahnärzte SSO informieren kompetent über das richtige Handeln bei einem Zahnunfall. Die SSO empfiehlt Sportlern, einen individuellen, vom Zahnarzt angepassten Zahnschutz zu tragen und eine Zahnrettungsbox sowie die Telefonnummer des nächsten SSO-Notfalldienstes bereitzuhalten.

**Für weitere Auskünfte:** Marco Tackenberg, Presse- und Informationsdienst SSO,  
Tel. 031 310 20 80

---

<sup>1</sup> Vidovic-Stesevic V et al.: Facial and Dental Injuries in Karate. A Survey of Fighters in Europe. Swiss Dental Journal 7/8 2015, S. 810-814.

Stillhard A et al.: Frequency of injuries, in particular dental injuries, in ski jumping and Nordic combined. Level of knowledge regarding mouthguards and tooth rescue boxes – a questionnaire study. Swiss Dental Journal 7/8 2015, S. 815-819.