



Bundeszahnärztekammer
Arbeitsgemeinschaft der
Deutschen Zahnärztekammern e.V. (BZÄK)
Chausseestraße 13
10115 Berlin
Telefon: +49 30 40005-0
Fax: +49 30 40005-200
E-Mail: info@bzaek.de
www.bzaek.de

Position

Bedeutung der Ernährung im Rahmen zahnmedizinischer Erkrankungen

Bundeszahnärztekammer, Juli 2018

Die Zusammensetzung der Nahrung hat unmittelbar Einfluss auf die Entstehung von Krankheiten innerhalb der Mundhöhle. So wird insbesondere Karies durch eine übermäßige Zufuhr von Kohlenhydraten – sprich: Zucker – befördert. Frühkindliche Karies ist in Deutschland ein teilweise zunehmendes Krankheitsphänomen und wird von zuckerhaltigen Speisen und Getränken ausgelöst. Zudem führen stark säurehaltige Speisen und v.a. Getränke zu einem nichtkariös bedingten Verlust von Zahnhartsubstanz (Erosionen). Auch im Bereich parodontaler Erkrankungen wird die Bedeutung der Ernährung im Hinblick auf entzündungshemmende und entzündungsaflösende Nahrungsbestandteile (Omega-3-Fettsäuren) und plaquebildungsreduzierende Nahrungsbestandteile diskutiert. Darüber hinaus ist hinlänglich bekannt, dass bei der Entstehung von Mundhöhlentumoren einem übermäßigen Alkoholkonsum eine erhebliche Bedeutung zukommt.

Zahnmedizin und Medizin haben gemeinsame Risikofaktoren (common risk factor approach). Dies bietet der Zahnmedizin die Möglichkeit, Einfluss auf Fehlernährung zu nehmen. Die BZÄK positioniert sich gemeinsam mit anderen medizinischen Fachdisziplinen zu dem Thema Fehlernährung wie folgt:

1. Der Verbraucher hat ein Recht auf eine verständliche Lebensmittelkennzeichnung, insbesondere im Hinblick auf die Menge zuckerhaltiger Nahrungsbestandteile und ungünstiger Fettsäuren.
2. Insbesondere Lebensmittel für Kleinkinder sollten deutlich zuckerreduziert, mit einer klaren Lebensmittelkennzeichnung (speziell auf Zucker) versehen sein und deutlichen Beschränkungen für die Lebensmittelwerbung unterliegen.
3. Die Einführung von Sonderabgaben für stark zucker- und/oder säurehaltige sog. Softdrinks ist eine sinnvolle Maßnahme, wie das Beispiel anderer Länder zeigt.
4. Es braucht verbindliche Standards für eine ausgewogene, gesunde Schul- und Kitaverpflegung.
5. Die Verhältnis- und Verhaltensprävention im Bereich der Ernährung sollte durch Maßnahmen der Präventionsgesetzgebung unterstützt werden.
6. Die Gruppenprophylaxe (§ 21 SGB V) sollte auch zur Vermittlung einheitlicher Standards von Ernährungsempfehlungen genutzt werden.

Hintergrund

Die wesentlichen Erkrankungen in der Zahnmedizin haben mehrere Ursachen und folgen einem bio-psycho-sozialen Krankheitsverständnis. Unter den verhaltensabhängigen Faktoren kommt der Ernährung eine große Bedeutung zu. Der Verdauungsprozess beginnt bereits mit der Nahrungsaufnahme: Zähne als auch Speichel sorgen für die optimale Aufnahme und Verarbeitung der Nahrung. Eine ausreichende Kaufunktion auch nach Zahnverlust durch funktionstüchtigen Zahnersatz und ein ausreichender Speichelfluss sind dafür eine wesentliche Grundlage. Mangelernährung in Folge einer schlechten Mundgesundheit hat darüber hinaus Folgen für die physische und psychische Gesundheit.