



## Information Mundgeruch

### Definition

Halitosis bedeutet in der medizinischen Fachsprache Mund- bzw. Atemgeruch. Klinisch wird dies bestimmt durch das Vorhandensein von flüchtigen Schwefelverbindungen.

### Problem

Viele Menschen leiden dauerhaft unter Mundgeruch. Die Häufigkeit ist in keiner Bevölkerungsgruppe genau bekannt, nur einzelne Zahnärzte haben Daten aus ihrer Praxis veröffentlicht. Der Betroffene weiß meist nichts davon, da er persönlich immer mit dem Geruch lebt. Oder, falls eine Person jemanden darauf aufmerksam macht, weiß kaum jemand, was dagegen unternommen werden soll. Oft ist Mundgeruch auch nur vorübergehend, und man nimmt einen wohlriechenden Kaugummi oder ein Mundwasser, um den Geruch kurzfristig zu überdecken. Schlechter Mundgeruch wird mit mangelnder Hygiene verbunden, was in vielen Fällen nicht zutrifft. Da das Thema einen Intimbereich berührt, traut sich kaum einer, jemanden auf einen eventuell schlechten Atem aufmerksam zu machen. Schade, denn Mundgeruch, wenn man seine Ursache erkannt hat, lässt sich meist relativ einfach beheben.

### Risiko / Prophylaxe

Das Risiko eines schlechten Mundgeruchs kann mit guter Mundhygiene und den im Abschnitt "Therapie" aufgeführten Maßnahmen auf ein Minimum, das heißt auf den morgendlichen, kurz dauernden Mundgeruch reduziert werden, falls keine der unten erwähnten Erkrankungen nicht oraler Ursachen vorliegen. Der Mundgeruch, morgens nach dem Aufstehen, verschwindet nach der Zahnreinigung und einer kleinen Mahlzeit. Prophylaktisch wirken kurzfristig Kaugummi, Zahnpasten und Spülungen, die Chlorhexidin, Zink oder Cetylpyridinium - Chlorid enthalten.

### Ursache

Die Ursachen sind unterschiedlich.

In 80-90% der Fälle ist die Ätiologie des Mundgeruchs in der Mundhöhle zu suchen und fällt damit in den Zuständigkeitsbereich des Zahnarztes bzw. der Dentalhygienikerin.

Der schlechte Geruch wird durch Bakterien erzeugt, welche Substanzen aus dem Speichel, aus Nahrungsresten usw. zu gasförmigen Schwefelverbindungen abbauen. Das heißt nicht, dass eine schlechte Mundhygiene der Grund dafür sein muss. In Schlupfwinkeln, wie zum Beispiel bei nur teilweise durchgebrochenen Zähnen oder anderen Nischen, können sich Reste aus der Nahrung ansammeln und sind der Hygiene nicht zugänglich. Eine schlechte Mundhygiene wirkt aber begünstigend, da die Retention von Nahrungsresten in kariösen Zähnen, Zahnfleischtaschen, auf Zahnstein, in Füllungsdefekten, unter Kronenrändern und in den Zahnzwischenräumen grösser ist als bei guter Hygiene.

Weiter können auch lange Perioden geschlossenen Mundes (schlechter Atem nach dem Schlafen), Mundatmung, Zungenbelag, langes Reden, bestimmte Nahrungsmittel, Antibiotika und reduzierter Speichelfluss die Bildung von Mundgeruch begünstigen. Bestimmte, aber meist typische Erkrankungen, können auch Mundgeruch verursachen. Nur ganz selten kommt der Geruch aus dem Magen.

## Befund & Diagnostik

Primär wird durch das zahnmedizinische/ dentalhygienische Team festgestellt, ob organoleptisch (dh. mit dem Geruchsorgan, der Nase) Mundgeruch auf Sprechdistanz (Grad 3), bei näherem Kontakt (Grad 2) oder auf eine Nahdistanz von ca. 10 cm festgestellt werden kann.

Damit ist unter Umständen bereits der Entstehungsort und damit die Ursache eingegrenzt. Der Mundgeruch kann auch durch das menschliche Geruchsorgan sehr genau erfasst werden, aber er ist meist für den Patienten nicht objektivierbar.

Zusätzlich muss abgeklärt werden, ob eine Behandlung des Zahnfleisches (Parodont) oder retinierter Weisheitszähne durchgeführt werden muss. In diesen Nischen kann durch die Bakterien oft Fäulnis mit gasförmigen Schwefelverbindungen entstehen.

Nach einer entsprechenden Befundaufnahme kann die Diagnose erstellt werden. Ist der Geruch oral entstanden, so ist er einfach zu behandeln. Bevor weitere komplizierte Abklärungen zur Evaluation eines allfällig zusätzlichen Anteiles eines systemischen Mundgeruches getroffen werden, ist es indiziert, diesen oral bedingten Teil des Mundgeruchs zu beseitigen.

## Therapie

Die Behandlung von Mundgeruch erfolgt durch Beseitigung der Ursache. Meist ist eine Optimierung der Mundhygiene der Einstieg. Dazu gehört nebst dem Zähneputzen auch die Reinigung der Zahnzwischenräume mit den entsprechenden Hilfsmitteln sowie eine sorgfältige Pflege der feinen Spalten entlang von Füllungen und Kronen. Die Zunge kann sehr unterschiedlich gestaltet und mit tiefen Furchen versehen sein. In diesen Fällen ist ein Reinigen dieser Furchen mit Zahnbürste oder Zungenschaber sowie die Spülung mit einer entsprechenden Lösung notwendig.

Falls es sich danach erweist, dass der schlechte Geruch nicht nur oral verursacht wird (Halitosis), wird eine Abklärung mit dem jeweils ausgewählten Arzt in die Wege geleitet.

## Behandlung

Regelmäßige Kontrollen und Prophylaxe Sitzungen bei einer Dentalhygienikerin können einen Rückfall verhindern. Die Dentalhygienikerin (DH) wird den Patienten aufmerksam machen, falls er (wieder) an einem Mundgeruch leiden sollte.

Der Patient sollte der DH oder seinen Freunden dankbar sein, wenn er auf dieses Problem aufmerksam gemacht wird. Aufrichtigkeit und Verschwiegenheit kennzeichnen Freundschaft. Wagen auch Sie in Ihrer Umgebung eine stille vertraute Bemerkung. Man wird es Ihnen danken.

## Kosten

Es empfiehlt sich, als erstes eine Sitzung zur Zahnreinigung zu vereinbaren. In dieser kann das Thema ausführlich besprochen und schon mal eine Reinigung durchgeführt werden. Für weiter notwendige Behandlungen (Zahnfleisch-, Zungen- und/oder Kariesbehandlungen) bitten wir Sie Ihren Zahnarzt aufzusuchen. Bei allfälligen Behandlungen an unserer Klinik, wird der Aufwand nach Tarif des/der jeweiligen Behandler-/in berechnet. Gerne informieren wir Sie vorgängig über die Kosten der geplanten Behandlung.

## Häufigkeit und Arten der Halitosis

<b>Morgendlicher Mundgeruch</b>	Weit verbreitet, entsteht durch Vergärung von Nahrungsresten in der Nacht.	Wird durch kleine Mahlzeit und Zahnreinigung beseitigt
<b>Echter Mundgeruch</b>	Erfordert Ursachenabklärung und Messung	Therapie
<b>Pseudo-Halitosis oder Haliotophobie</b>	Speziell empfindliche Personen, welche sich das einbilden	