

Mundgeruch - Innovative Diagnostik- und Behandlungsmethoden ermöglichen eine dauerhafte Heilung

Mundgeruch ist ein Kontaktkiller

Mundgeruch (medizinischer Ausdruck: Halitose) ist ein weit verbreitetes Problem. Über die Hälfte der Bevölkerung leidet darunter. Das Vertrackte an schlechtem Atem ist, dass man ihn fast nie selbst bemerkt, also darauf angewiesen ist, dass man von seinen Mitmenschen auf schlechten Atem aufmerksam gemacht wird. Häufig passiert aber gerade das nicht, denn die Mundhöhle gehört zum Intimbereich und dieser geht nur einen selbst etwas an. Anerzogene Höflichkeit oder falsche Scham verhindern also häufig ein Ansprechen dieses unangenehmen Themas. Vielfach wissen wir also gar nicht, daß unser Atem einen unangenehmen Geruch hat. Auf der anderen Seite hat sich herausgestellt, daß viele Menschen fest davon überzeugt sind, an schlechtem Atem zu leiden, ohne daß dies tatsächlich so ist. Man spricht hier von einer Mundgeruchsphobie (medizinischer Fachausdruck: Halitophobie).

So oder so: Vorhandener Mundgeruch oder auch nur der bloße Glaube, daran zu leiden, ist unangenehm und macht unsicher. Mundgeruch ist ein Kontakt- und Kommunikationskiller. Mitmenschliche Beziehungen können durch dieses Übel erheblich leiden.

Eiweißzersetzende Bakterien führen zu unangenehmen Geruch

Auf der Suche nach der Ursache ihres Problems haben viele Patienten schon eine wahre Odyssee von Arzt zu Arzt hinter sich. Zahnärzte - meist der erste Ansprechpartner der Betroffenen - sind mit dem Problem bislang oftmals überfordert und überweisen den Patienten zu anderen Fachärzten (z.B. Internisten), um der Ursache auf den Grund zu gehen. Häufig wird bei Mundgeruch auf organische Störungen z.B. im Magen oder Darmtrakt diagnostiziert. Nicht wenige Patienten quälen sich zweimal im Jahr mit einer Magenspiegelung und anschließenden therapeutischen Maßnahmen, ohne dass tatsächlich eine Besserung eintritt.

Neueste wissenschaftliche Studien haben nun nachweisen können, dass die Ursache von Mundgeruch in 80 % der Fälle im Rachenbereich zu suchen ist. Hier leben über 300 verschiedene Bakterienarten. Darunter sind ca. 80 Arten, die für die unangenehme Geruchsbildung verantwortlich sind. Das sind diejenigen Bakterien, die Eiweiße zersetzen und deren Stoffwechselprodukte einen typischen „Geruchscocktail“ bilden. Die Bakterien nisten vorwiegend im Zungengrund und bevölkern von dort aus den gesamten Mundraum. Dabei „verstecken“ sie sich in kleinen Nischen, v.a. in Zahnzwischenräumen oder Zahnfleischtaschen. Auch das gründlichste Zähneputzen bringt daher nur kurzfristige Besserung, beseitigt aber nicht die eigentliche Ursache für die Geruchsbildung. Somit kommt es immer wieder zur Reinfektion; der unangenehme Geruch kehrt zurück. Je länger die Bakterien in der Mundhöhle verweilen, umso stärker wird er. Das natürliche Gleichgewicht ist zerstört; Bakteriengruppen explodieren und das Immunsystem ist nicht mehr in der Lage, die Folgen zu beherrschen. Der Leidensdruck wächst.

Wissenschaftliche Untersuchungen belegen: In den meisten Fällen ist die Zunge schuld

Zahlreiche Untersuchungen haben aufzeigen können, dass die Zunge - v.a. der Zungengrund, also der hintere Teil dieses Organs - eine wesentliche Mundgeruchsursache ist. Bei ca. 80 % der an Mundgeruch leidenden Menschen ist er die Ursache für den schlechten Atem. Die geruchsbildenden Bakterien lagern sich vermehrt im Bereich des Zungengrundes ab und verbleiben dort, weil sie mit den üblichen hygienischen Maßnahmen nicht entfernt werden können.

Neue Entwicklung macht Mundgeruch erstmals objektiv meßbar

Mundgeruch ist ein sensibles Thema über das man nicht gern spricht. Entsprechend war es bislang auch nicht möglich, verlässliche Informationen über die eventuelle eigene Betroffenheit zu bekommen.

Durch neueste technische Entwicklungen ist es nun aber möglich geworden, mit Hilfe eines Gerätes objektiv zu messen, ob und in welcher Stärke ein Patient an Mundgeruch leidet. Dieses Halimeter (von lateinisch Halitus = Hauch) wurde in den USA entwickelt. Mittels eines

Plastikschlauches werden ausschließlich die Schwefelverbindungen aufgezeichnet, die zu dem unangenehmen Geruch führen. Ausgewiesen wird ein Meßwert, der genau aufzeigt, wie stark die Konzentration der Schwefelverbindungen in der Luft ist, in welcher Stärke also Mundgeruch vorhanden ist. Gemessen wird in ppb (Teile pro Milliarde). Ein Meßwert zwischen 50 und 150 ppb gilt als unbedenklich. Hier liegt also keine unangenehme Geruchsbildung vor.

Wer ganz sicher gehen möchte, ob er unter Mundgeruch leidet und sich dabei nicht darauf verlassen möchte, dass freundliche Mitmenschen ihn dezent auf sein Problem ansprechen, sollte also eine Halimetermessung durchführen lassen. Leider ist das Gerät bislang in Deutschland noch nicht sehr stark verbreitet und wird nur in wenigen Kliniken angewendet. In aller Regel werden in kürzeren Abständen drei Messungen durchgeführt, um ganz sicherzugehen.

Um erfolgreich zu behandeln ist es wichtig, den Ursachen auf den Grund zu gehen

Ergibt sich aufgrund der Messung ein bedenklicher Wert, ist also Mundgeruch vorhanden, der über ein normales Maß hinausgeht, gilt es, der Ursache dafür auf den Grund zu gehen. Durch die Halimetermessung wird nicht nur die Stärke der Geruchsbildung ausgewiesen. Mit Hilfe des Gerätes ist der Arzt vielmehr auch in der Lage festzustellen, wo die Gase ihren Ursprung haben, ob sie also z.B. aus der Nase, der Lunge oder vom Zungengrund herrühren. Gleichzeitig sollte eine ausführliche Anamnese erarbeitet werden. Von Interesse sind dabei medizinische Vorgeschichte und Lebensgewohnheiten des Patienten (also z.B. Ernährungsverhalten, private und berufliche Belastungen), aber auch eine ausführliche Dokumentation medikamentöser Behandlungen. Die Kenntnis dieser Gesamtzusammenhänge ermöglichen es, ein für den jeweiligen Patienten individuelles Therapiekonzept zu erarbeiten, durch das nicht nur die Symptome, sondern vor allem auch die Ursachen des Mundgeruchs wirksam bekämpft werden. Eine nach ca. 2 Wochen und dann in größeren Abständen durchgeführte Halimeter-Messung zeigt die Wirkung der Maßnahmen genau an. Ein deutlich gesunkener Messwert ist ein sicheres Indiz für eine erfolgreiche Behandlung.

Mundgeruch ist kein unveränderbarer Dauerzustand

Schlechter Atem ist unangenehm - für einen selbst und für die Mitmenschen. Er ist jedoch kein unveränderbarer Dauerzustand. Um den Mundgeruch für immer zu beheben, ist eine gute Diagnostik und Behandlung eine wesentliche Voraussetzung. Ebenso wichtig ist allerdings die Bereitschaft des Patienten, sich strikt an die im Therapieplan erarbeiteten Schritte zu halten.