

Meine Zähne reagieren empfindlich auf Kalt und Warm

Es gibt unterschiedliche Gründe, warum Zähne empfindlich auf Kälte oder Wärme reagieren. Zahnfleischrückgang ist in kleinem Ausmass ein normaler Alterungsprozess. In stärkerem Ausmass kann er aber Zeichen einer Zahnfleisch- und Knochenentzündung sein oder auch Zeichen einer falschen Zahnputztechnik mit zu viel Druck. Zur Behandlung gibts verschiedene Möglichkeiten.

Seit einiger Zeit reagieren meine Zähne sehr empfindlich auf kalte und warme Speisen. Ich war beim Zahnarzt. Dieser sagt, dass mein Zahnfleisch zurückgegangen sei. Er empfiehlt mir, die Zahnhälse mit einem Kunststoff zu überdecken. Was heisst das genau? Ist es eine gute Empfehlung? F. K. in O.

Dr. med. dent. Jürg Eppenberger, Fachzahnarzt für rekonstruktive Zahnmedizin, Zahnarzt SSO, zugelassener Zahnarzt Hirslanden Klinik St. Anna, Luzern.

Zahnfleischrückgang hat zur Folge, dass der nahe der Zahnkrone liegende Anteil der Zahnwurzel, der naturgemäss nicht vom schützenden und isolierenden Zahnschmelz, aber normalerweise vom Zahnfleisch bedeckt ist, an die äussere Oberfläche gelangt. Die feinen Fortsätze der Zahnnerven sind so den Reizen in der Mundhöhle schutzloser ausgesetzt.

Zahnfleischrückgang ist in kleinem Ausmass ein normaler Alterungsprozess, in stärkerem Ausmass kann er aber Zeichen einer Zahnfleisch- und Knochenentzündung (Parodontitis) sein oder auch Zeichen einer «schruppenden» Zahnputztechnik mit zu viel Kraft.

Die Ursache herausfinden

Vor einer allfälligen Behandlung an den Zähnen muss die Ursache des Zahnfleischrückgangs gesucht werden. Ist eine Zahnfleischentzündung oder gar eine Parodontitis schuld am Rückgang, muss diese Erkrankung unbedingt zuerst behandelt werden.

Ist eine ungeeignete Zahnputztechnik die Ursache, so sollte diese korrigiert werden. Eine korrekte Reinigungsmethode mit einer eher weichen Zahnbürste und einer schonenden fluoridhaltigen Zahnpaste schützt vor weiterem Zahnfleischrückgang und wird auch die Empfindlichkeit reduzieren.

Eine professionelle Beratung bei der Dentalhygienikerin oder beim Zahnarzt ist dazu sinnvoll. Auch neuere, elektrische Zahnbürsten können hier gute Dienste leisten.

Mögliche Behandlung

Auf drei Arten können die freiliegenden Zahnwurzeloberflächen geschützt respektive wieder bedeckt werden. Am einfachsten können sie mit einem unempfindlich machenden Schutzlack abgedeckt werden. Diese Massnahme kann mehrmals wiederholt werden, ist aber leider nicht immer genügend erfolgreich.

Eine andere Möglichkeit besteht darin, das Zahnfleisch mit einem kleinen operativen Eingriff wieder an den früheren Ort zu verschieben oder Zahnfleisch über die Wurzeloberfläche zu verpflanzen. Diese Therapie ist nicht in allen Fällen möglich. Falls sie aber durchgeführt werden kann, ist die Wirkung sehr erfolgreich und in der Regel von lebenslanger Dauer.

Ist jedoch durch die «schruppende» Zahnputztechnik über Jahre an der Wurzel ein dellen- oder keilförmiger Defekt mit Verlust an Zahnschmelz entstanden, so kann dieser mit Kunststoff (Komposit) aufgefüllt werden. Diese Füllung schützt den Zahn vor dem weiteren Abrieb beim Zähneputzen und beseitigt auch die unangenehme Überempfindlichkeit.

Dr. med. dent. Jürg Eppenberger, Luzern