

## Ist der Zahnfleischschwund eine Alterserscheinung?

**Kurzantwort: Ein kontinuierlich verlaufender leichter Schwund des Zahnfleisches ist normal und meist ohne Gefahr für die Zähne. Ist der Schwund aber stark, kann dies auf eine Entzündung hindeuten. Auch falsches Zähneputzen kann zu stärkerem Zahnfleischschwund führen, der behandelt werden muss, vor allem, wenn er mit einer Entzündung verbunden ist, erklärt Dr. med. dent. Jürg Eppenberger, Fachzahnarzt für Rekonstruktive Zahnmedizin, Zahnarzt SSO, Zahnarzt Hirslanden Klinik St. Anna, Luzern.**

Ich, w, 72, habe noch alle meine Zähne. Doch in letzter Zeit stelle ich einen massiven Schwund meines Zahnfleisches fest. Ich putze mehrmals täglich meine Zähne vorsichtig, mit weicher Bürste. Alle sechs Monate lasse ich den Zahnstein entfernen. Betroffen sind vor allem die Eckzähne im Unterkiefer. Was kann ich sonst noch unternehmen? Ist der Zahnfleischschwund eine Alterserscheinung, gegen die man nichts machen kann? C. B. in L.

**Dr. med. dent. Jürg Eppenberger, Fachzahnarzt für Rekonstruktive Zahnmedizin, Zahnarzt SSO, Zahnarzt Hirslanden-Klinik St. Anna, Luzern**

Kontinuierlich verlaufender leichter Zahnfleischrückgang ist ein normaler Vorgang und findet über das ganze Leben statt. Es handelt sich dabei um einen normalen «Alterungsprozess», bei welchem die Zähne nicht gefährdet sind und keine Entzündung mitbeteiligt ist. In stärkerem Ausmass jedoch kann der Zahnfleischrückgang Zeichen einer Zahnfleischentzündung (Gingivitis) oder gar einer Entzündung des darunter liegenden Knochens sein (Parodontitis). Ein weiterer Grund für den Zahnfleischschwund ist falsches Zähneputzen mit zu viel Druck, harter Zahnbürste und schrubbenden Bewegungen.

### Mögliche Behandlungen

Vor einer allfälligen Behandlung muss die Ursache des Zahnfleischrückgangs gesucht werden. Ist eine Zahnfleischentzündung oder gar eine Parodontitis schuld, muss diese Erkrankung unbedingt behandelt werden. Ohne Behandlung würde mit sehr hoher Wahrscheinlichkeit der Zahnfleischrückgang fortschreiten, und die Zähne könnten schliesslich verloren gehen. Wenn Sie das nächste Mal, nach sechs Monaten, zur Dentalhygienikerin gehen, wird Ihr Zahnarzt Ihnen den Grund Ihres Zahnfleischrückgangs angeben können. Übrigens ist wissenschaftlich bewiesen dass die Dentalhygiene für die Gesunderhaltung des Gebisses einen sehr hohen Nutzen hat. Ist eine ungeeignete Zahnputztechnik die Ursache, so sollte diese korrigiert werden. Eine korrekte Reinigungsmethode (z. B. Stillmann-Technik) mit einer weichen Zahnbürste und einer schonenden fluoridhaltigen Zahnpasta schützt vor weiterem Zahnfleischrückgang. Dazu ist auch eine professionelle Beratung sinnvoll. Auch neue, elektrische, hydrodynamisch wirkende Zahnbürsten können hier wertvolle Dienste leisten (siehe Ratgeber vom 4. 10. 2010).

### Zahnfleisch verschieben

Eine andere Möglichkeit besteht darin, das Zahnfleisch mit einem kleinen operativen Eingriff wieder an den ursprünglichen Ort zu bringen, das heisst die Wurzel auf eine natürliche Art wieder abzudecken. Diese Methode ist nur beim Zahnfleischrückgang ohne beteiligte Entzündung möglich und auch da nicht in allen Fällen. Falls sie aber durchgeführt werden kann, ist die Wirkung sehr erfolgreich und oft von lebenslanger Dauer.

Dr. med. dent. Jürg Eppenberger