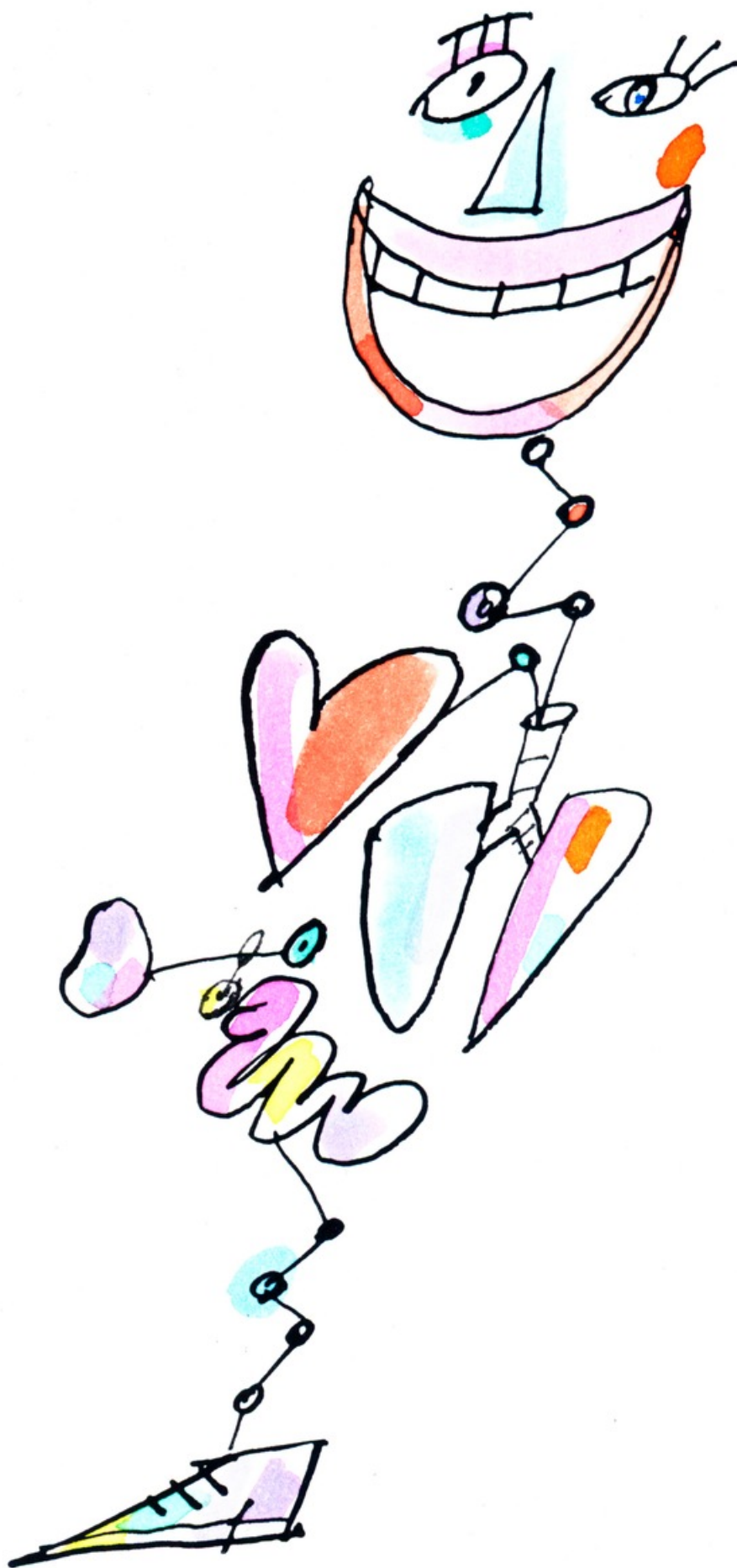


05.11.2014 - 10:00 Uhr

**Ist der Mund gesund, freut sich der ganze Mensch! (BILD)**



Mundhygiene schützt die Gesundheit: Das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes, Lungenentzündungen, und sogar die Gefahr einer Frühgeburt lassen sich durch eine gute Mundgesundheit verringern. Der Zusammenhang zwischen Mundhygiene und Allgemeingesundheit ist in der Öffentlichkeit noch kaum bekannt. Dem wirkt die «Aktion Mundgesundheit Schweiz» mit ihrer aktuellen Kampagne entgegen.

Ein Loch im Zahn, weil die Zähne nicht geputzt wurden - das verwundert niemanden. Mangelnde Mundhygiene verbindet jedoch kaum jemand mit einer Lungenentzündung, einer Frühgeburt oder einem Schlaganfall. Und doch gibt es diesen Zusammenhang: Mund- und Allgemeingesundheit beeinflussen sich gegenseitig, wie die aktuelle Kampagne «Aktion Mundgesundheit Schweiz» aufzeigt.

Im Zentrum der Aktion steht die Website [www.mundgesund.ch](http://www.mundgesund.ch). Der Karikaturist René Fehr verpasst der Kampagne mit seinem frechen Strich eine ganz besondere Note. Vier Karikaturen bilden den Blickfang der Website. Besucherinnen und Besucher können für ihre Lieblingsfigur stimmen und attraktive Preise gewinnen.

Eine sorgfältige Mundhygiene bedeutet mehr als Karies vermeiden oder Kosten sparen. Eine gute Mundgesundheit mindert das Risiko für zahlreiche Allgemeinerkrankungen. In unserem Mund tummeln sich über 600 Bakterienarten - darunter auch solche, die bei mangelnder Mundhygiene die Gesundheit gefährden. Mit sorgfältiger Mundpflege geben wir diesen Bakterien keine Chance - und senken so das Risiko für Parodontitis (Entzündung des Zahnbetts) und Allgemeinerkrankungen:

- Herz-Kreislauf-Probleme

Eine unbehandelte Parodontitis erhöht das Risiko für lebensbedrohliche Herz- und Kreislaufprobleme. Über die Blutbahn können Parodontitis-Bakterien im Körper zirkulieren, Gefässe verengen und so bewirken, dass die Durchblutung gestört und Arterien verstopft werden.

- Diabetes

Parodontitis und Diabetes beeinflussen sich gegenseitig: Parodontitis erschwert die Einstellung des Blutzuckers, erhöht die Sterblichkeit bei Diabetikerinnen und Diabetikern und wird gar als Auslöser für Diabetes vermutet. Umgekehrt gilt Parodontitis als Folgeerkrankung von Diabetes. Das Immunsystem von Diabetikerinnen und Diabetikern ist oft geschwächt und Bakterien im Mund können sich stark vermehren.

- Atemwegserkrankungen

Eine schlechte Mundhygiene erhöht das Risiko für Atemwegserkrankungen. Bakterien aus dem Mund werden in den Rachen und die Lunge eingeatmet und können dort Erkrankungen wie Lungenentzündung oder Bronchitis auslösen.

- Gefahr einer Frühgeburt

Forscher haben festgestellt, dass das Risiko für eine Frühgeburt bei Schwangeren mit einer unbehandelten Parodontitis um ein Vielfaches erhöht ist. Eine sorgfältige Mundhygiene ist für die Gesundheit von Mutter und Kind zentral.

- Gelenkentzündungen

Parodontitis und rheumatische Erkrankungen verlaufen ähnlich: In Folge einer Entzündung baut sich körpereigenes Gewebe wie Knorpel und Knochen schleichend ab. Die beiden Krankheiten verstärken sich gegenseitig. So kann eine rheumatische Gelenkentzündung die Entzündung des Zahnbetts und den Knochenabbau verstärken. Andererseits fördert das Enzym eines bestimmten Parodontitis-Bakteriums die Entzündung und Zerstörung der Gelenke.

Und die gute Nachricht: Die erwähnten Probleme sind durch ein einfaches, billiges und wirksames Mittel vermeidbar - durch eine sorgfältige Mundhygiene.

Die Aktion Mundgesundheit wird getragen durch eine Interessengemeinschaft aus der Schweizerischen Zahnärzte-Gesellschaft SSO, dem Berufsverband Swiss Dental Hygienists und der elmex® Forschung (GABA Schweiz AG) und wird von Partnern und Sponsoren unterstützt. Ziel ist die Förderung und der Erhalt der oralen Gesundheit in allen Altersgruppen und sozialen Schichten der Schweizer Bevölkerung. Zu diesem Zweck setzt die Aktion Mundgesundheit alle zwei Jahre ein Präventionsprojekt um.

Auf der Website [www.mundgesund.ch](http://www.mundgesund.ch) läuft ab sofort bis zum 31.12.2014 ein Wettbewerb. Wählen Sie Ihren Lieblingscartoon und gewinnen Sie attraktive Preise.

Kontakt:

Für weitere Auskünfte:  
Sandra Küttel, Presse- und Informationsdienst SSO  
Tel. 031 310 20 80, [sandra.kuettel@sso.ch](mailto:sandra.kuettel@sso.ch)

#### Medieninhalte



[www.mundgesund.ch](http://www.mundgesund.ch) / Weiterer Text über OTS und  
[www.presseportal.ch/pm/100007849](http://www.presseportal.ch/pm/100007849) / Die Verwendung dieses Bildes ist für  
redaktionelle Zwecke honorarfrei. Veröffentlichung bitte unter Quellenangabe:  
"OTS.Bild/Schweizerische Zahnärzte-Gesellschaft SSO"

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100007849/100764024> abgerufen werden.