

05.06.2019 - 09:11 Uhr

Schlechte Mundhygiene beeinträchtigt Trainings- und Wettkampfleistungen deutlich

Genf (ots) -

Wenn Profi- und Amateursportler gewinnen wollen, muss die Mundhygiene für sie hohe Priorität haben. Das kann der Weltverband der Zahnärzte (FDI World Dental Federation, FDI) nur bestätigen.

Heute hat die Organisation eine Reihe von Ressourcen zu Sportzahnmedizin veröffentlicht: für Amateur- und Profisportler, für Zahnärzte und Sportmediziner sowie Sportvereine und -organisationen. Diese Veröffentlichungen kommen gerade rechtzeitig zu einem Sportsommer voller spannender Ereignisse, so die FIFA Frauen-Weltmeisterschaft Frankreich 2019, das Roland-Garros-Finale (French Open) und die U.S. Open (Golf), um nur ein paar Beispiele zu nennen.

Mundverletzungen und -traumata sind nicht die einzigen Zahnprobleme, die beim Sport auftreten können:

- Stress im Zusammenhang mit Sport kann zu Dehydrierung, Mundtrockenheit und Zähneknirschen führen.
- Energydrinks sowie bestimmte Lebensmittel und Nahrungsergänzungsmittel enthalten Zuckerzusätze und säurehaltige Inhaltsstoffe, die Karies verursachen und das Risiko von Zahnfleischerkrankungen und Zahnerosion erhöhen können.
- Ein zahnärztlicher Notfall - wie ein Zahnfleischabszess, ein infizierter Zahn oder der Durchbruch eines Weisheitszahnes - vor einem Wettkampf kann die Leistung beeinträchtigen oder den Sportler sogar ganz an der Teilnahme hindern.

"Ein gesunder Mund trägt zu einem gesunden Körper bei. Wir berücksichtigen nicht immer die katastrophalen Auswirkungen einer schlechten Mundgesundheit auf die allgemeine Gesundheit und den sportlichen Erfolg", erläutert die Vorsitzende der FDI, Dr. Kathryn Kell. "Auf diesem Verständnis wollen wir aufbauen und dafür sorgen, dass dieses Thema in das Gespräch zwischen Sportmedizinern und ihren Patienten einfließt."

Die Mundgesundheit außer Acht zu lassen, beeinträchtigt die sportliche Leistung auf verschiedene Weise erheblich:

- Eine schlechte Mundgesundheit wirkt sich auf die Lebensqualität und das Wohlbefinden aus, zwei für eine hohe sportliche Leistung wesentliche Elemente.
- Karies und Zahnfleischerkrankungen können Entzündungen und Infektionen im Körper verursachen oder aufrechterhalten.
- Manche Sportler sind auch einem erhöhten Risiko für Mund- und Zahntraumata und -verletzungen ausgesetzt, wenn sie Kontakt- und Kampfsportarten ohne angemessenen Schutz ausüben.

Die FDI empfiehlt das Tragen eines Mundschutzes (am besten nach Maß) bei Kontaktsportarten, auch wenn der Sport nur gelegentlich ausgeübt wird. Die FDI empfiehlt Sportlern auch, ihre Zähne zweimal täglich zwei Minuten lang mit einer fluorhaltigen Zahnpasta zu putzen, mindestens einmal im Jahr zum Zahnarzt zu gehen, den Auswirkungen von säure- und zuckerhaltigen energispendenden Lebensmitteln und Getränken durch anschließendes Spülen des Mundes mit Wasser entgegenzuwirken sowie ausreichend Wasser zu trinken, um den ganzen Tag über mit ausreichend Flüssigkeit versorgt zu sein.

"Wir sind stolz darauf, mit der FDI zusammenzuarbeiten und aktiv die Bedürfnisse von Sportlern hinsichtlich ihrer Mundgesundheit anzusprechen", so Marzia Massignani, Senior Manager of Scientific Affairs and Corporate Communications bei Sunstar. "Ob Sie für Olympia trainieren oder nur am Sonntagmorgen joggen, Ihre Mundgesundheit wirkt sich auf Ihre Leistungsfähigkeit aus. Diese Ressourcen werden an viele Sportler, Trainer und medizinische Fachkräfte weitergeleitet, um die Mundgesundheit und eine gute Mundhygiene zugunsten einer optimalen sportlichen Leistung zu fördern."

Über den Weltverband der Zahnärzte FDI

Der FDI ist das wichtigste Vertretungsorgan von über einer Million Zahnärzten weltweit, dessen Vision es ist, die Welt zu optimaler Mundgesundheit zu führen. Zu seinen Mitgliedern zählen rund 200 nationale Mitgliedsverbände und Fachgruppen in über 130 Ländern. Der Sitz des FDI befindet sich in Genf, Schweiz.

Über SUNSTAR

SUNSTAR ist ein multinationales Unternehmen mit Hauptsitz in der Schweiz, das 1932 in Osaka, Japan, gegründet wurde. Unter dem Motto "Always strive to help people everywhere achieve better health and enhance their quality-of-life" (Stets bestrebt,

Menschen überall zu einer besseren Gesundheit und Lebensqualität zu verhelfen) bietet SUNSTAR den Märkten für Mundpflege, Gesundheit und Schönheit, Umwelt sowie Sicherheit und High-Tech kontinuierlich hochwertige Produkte.

Mundhygiene: <http://ots.ch/SgaWza>

Broschüre für Amateursportler: <http://ots.ch/r8Lbqa>

Broschüre für Profisportler: <http://ots.ch/M2KdDc>

Broschüre für Zahnärzte und Sportmediziner: <http://ots.ch/yQ61FG>

Toolkit für Sportvereine und -organisationen: <http://ots.ch/SGNd6P>

FDI-Medienkontakt:

Charanjit Jagait

Tel.: +41 79 796 76 13

SUNSTAR-Medienkontakt:

Elena Alcalde

Tel.: +34 669 589 266

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100059860/100828855> abgerufen werden.