

22.07.2025 – 11:30 Uhr

Wenn der Mund zur Schaltzentrale wird / Zähne und Mikrobiom als Booster im Sport

Tübingen (ots) -

Sommerzeit ist Laufzeit. Ob ambitionierter Hobbyläufer oder Profisportler - wer bei Hitze Spitzenleistungen bringen will, denkt an Training, Technik, Ernährung. Doch ein oft übersehener Erfolgsfaktor liegt überraschend im Mund: **die Zähne - und das Mundmikrobiom**

Sportliche Leistung hängt nicht nur vom Trainingszustand oder dem Laufstil ab, sondern auch von der **Symmetrie der Bewegungsabläufe, der sensorischen Steuerung über das Gleichgewichtsorgan und der neuronalen Koordination zwischen Muskulatur und Gehirn**. Genau an diesen Schaltstellen können **Zahnschienen, ein ausbalancierter Biss und ein gezielt unterstütztes Mikrobiom der Mundhöhle** einen messbaren Unterschied machen - in Richtung mehr Effizienz, Ausdauer und Geschwindigkeit.

Mundmikrobiom: Die geheime Kraftquelle aus der Mundhöhle

Immer mehr Athleten nutzen daher sogenannte **Sport-Performance-Schienen** - individuell angefertigte Aufbisssysteme, die den Biss harmonisieren, die Muskelketten optimieren und neuroreflektorische Impulse auslösen, die nachweislich zu mehr Kraft, Ausdauer und Stabilität führen.

Das Tübinger Unternehmen **Cumdente** gilt in diesem Bereich als Pionier: "Seit über fünf Jahren qualifizieren wir Zahnärzte in Kooperation mit der **DentalSchool Tübingen** zu zertifizierten Sportzahnmedizinern", sagt Prof. Hahn. Zahlreiche Leistungssportler - darunter auch Teilnehmer olympischer Spiele - seien mit den Schienen ausgestattet worden.

Biochemie trifft Bewegungsapparat

Neueste Erkenntnisse rücken das **orale Mikrobiom** ins Zentrum sportlicher Optimierung. Spezielle **nitratreduzierende Bakterien am Zungengrund** fördern die körpereigene **NO-Produktion (Stickstoffmonoxid)** - eine Substanz, die die Blutgefäße weitet, den Sauerstofftransport verbessert und so die Muskelfunktion unterstützt.

"Wir können diese Bakterien mit gezielter Zahnpflege und Ernährung fördern", erklärt Hahn. **OraLactin Zahnpasta** enthält spezielle **Präbiotika**, die das Wachstum dieser nützlichen Mikroben unterstützen. In Kombination mit dem Power-Drink **PowerPulse**, der natürliche Nitratquellen wie Rote Bete und Beeren enthält, entsteht eine effektive Gesundheitsformel für Ausdauer, Kraft und Regeneration.

Das Triumvirat für den sportlichen Erfolg

Die Empfehlung für Sportler lautet daher:

1. **Sport-Performance-Schiene** - zur Stabilisierung von Biss, Haltung und Koordination
2. **Präbiotische Zahnpflege mit OraLactin** - zur Förderung des oralen Mikrobioms
3. **PowerPulse Drink** - als natürlicher Mikrobiom-Booster und Nitratquelle vor Training oder Wettkampf

"Wer seine Leistung auf ein neues Level heben möchte, sollte seinen Zahnarzt oder Sportzahnmediziner darauf ansprechen", rät Prof. Hahn.

Weitere Infos:

www.zahnschiene.de

www.apacare.de

www.powerpulse.de

Pressekontakt:

Cumdente GmbH
Paul-Ehrlich-Straße 11

72076 Tübingen
www.cumdente.de
marketing@cumdente.de
Bilddownload über: <https://www.cumdente.de/Presse/Pressebox/>

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100097902/100933587> abgerufen werden.