Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 90 (2012)
Heft: 1-2

Artikel: Nur die gute Pflege gibt den richtigen Biss
Autor: Novak, Martina
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-721877

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 13.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Nur die gute Pflege gibt den richtigen Biss

Zähne brauchen Pflege und Unterhalt. Egal, ob es die ersten, die zweiten oder gar die dritten sind. Und zwar dauerhaft: Auch im Alter darf das Gebiss nicht vernachlässigt werden.

Von Kindesbeinen an lernen wir, den Zähnen Sorge zu tragen. Sie sind kostbar, weil wir nur eine lebenslängliche Ausgabe davon besitzen. Gehen sie kaputt, lassen sie sich nur mit viel Aufwand ersetzen – das verursacht Kosten und Schmerzen und beeinträchtigt häufig die Kaufunktion.

Ältere Menschen vernachlässigen vielfach den «Service» am Kauwerkzeug, sei es, weil sie häufiges Putzen und die zahnärztliche Kontrolle nicht mehr für wichtig halten, sei es, weil sie nicht mehr so beweglich sind und daher sowohl mit der Mund- und Prothesenhygiene wie auch mit Arztbesuchen Mühe haben.

Elektrische Zahnbürsten helfen

«Das Gebiss ist im Alter aber genauso anfällig für Schäden wie in jüngeren Jahren», erklärt Marion Kreissl, Oberassistentin an der Klinik für Alters- und Behindertenzahnmedizin der Universität Zürich. «Bei mangelhafter Pflege drohen Karies und Parodontitis. Liegen die Zahnhälse aufgrund einer früher durchgemachten Zahnfleischentzündung frei, kann dort schnell Wurzelkaries entstehen. Diese Form der Karies wird zudem durch Mundtrockenheit gefördert, die bei älteren Patientinnen und Patienten durch vielerlei Medikamente bedingt sein kann.» Und nicht zuletzt seien Probleme mit dem Zahnersatz, insbesondere mit abnehmbaren Prothesen, wie Druckstellen oder auch technische Komplikationen häufig.

Die Zahnärztin ist sich der Problematiken bewusst, die im Alter auch die Zahnpflege erschweren: Allgemeine Gebrechlichkeit, der Verlust von visuellen und manuellen Fähigkeiten – wie zum Beispiel aufgrund von Arthrose – können dazu führen, dass die Menschen ihre Zähne zu selten, zu wenig lange oder nicht richtig putzen. «In diesen Fällen können elektrische oder Schallzahnbürsten eine Hilfe sein. Wichtig ist, die richtige Handhabung zu kennen.»

Tipps der Zahnärztin:

- Eigene Zähne mindestens zweimal täglich mit Zahnbürste und fluoridhaltiger Zahnpasta reinigen.
- Für Zahnzwischenräume Zahnseide mit ergonomischen Halterungen oder Interdentalbürstchen verwenden.
- Zwischendurch mit Mundspülung gurgeln, die Bakterienwachstum hemmt, oder fluoridhaltigen Dentalkaugummi kauen, der die Speichelbildung anregt.
- Prothesen mindestens zweimal täglich mit Zahnprothesenbürsten reinigen. Dann trocknen lassen und kontrollieren, ob die Prothese noch weissliche Beläge aufweist. Falls ja, nochmals reinigen.

Der Zahnarzt kommt ins Heim

Die Klinik für Alters- und Behindertenzahnmedizin hat sich spezialisiert auf mundbezogene Probleme älterer Menschen und solcher mit Behinderungen und bildet Zahnärztinnen und Zahnärzte im Bereich Gerostomatologie fort.

1996 wurde mit Unterstützung des Vereins «altaDent» eine mobile Zahnklinik, das «mobiDent», ins Leben gerufen. Diese besucht Alters- und Behindertenheime und führt neben Befundaufnahmen und Röntgendiagnostik unkomplizierte Behandlungen durch: Zahnreinigungen, Entfernen von Zähnen, Kariesbehandlungen und Anpassen von Prothesen. Jeweils zwei Zahnärzte, zwei Dentalassistentinnen und bis zu vier Studenten der Klinik für Alters- und Behindertenzahnmedizin behandeln an zwei bis drei Tagen vierzig bis fünfzig Heimbewohner, die sich vorgängig angemeldet haben.

Grössere und zeitaufwendige Eingriffe werden an eine Zahnarztpraxis oder an die Klinik für Alters- und Behindertenzahnmedizin überwiesen.

Für die älteren Bewohnerinnen und Bewohner dieser Einrichtungen sind die Zahnärzte und Zahnärztinnen, die ins Haus kommen, ein Segen. Wer nur wenig mobil ist, muss nicht umständlich in eine externe Praxis gefahren werden, sondern gelangt zu Fuss, mit Rollator oder Rollstuhl problemlos in den zweckmässig umfunktionierten Raum des Heimes. Wer mit einer fremden Umgebung Mühe hat, muss das gewohnte Umfeld nicht verlassen.

Inserat

Bild: Keystone/Knorr & Hirth

Zahnhygiene anno dazumal: In der Zwischenzeit pflegen wir unsere Zähne mit wirksameren Methoden – und das lohnt sich für alle.

Peter Stutz, Leiter Pflege der Pflegezentren Embrach und Kloten: «Die Dienstleistung vor Ort wird als ganzheitliche Betreuung erlebt. Die Bewohnerinnen und Bewohner schätzen den geduldigen Umgang, das Pflegepersonal die kompetente Versorgung auch in herausfordernden Situationen, beispielsweise bei Menschen mit Demenz.»

Während noch vor wenigen Generationen die meisten Menschen über 60 Jahre schon ein künstliches Gebiss tragen mussten, verfügen von den heutigen Seniorinnen und Senioren noch sehr viele über ihre eigenen Zähne. Bessere Prophylaxe- und Pflegegewohnheiten, mehr finanzielle Mittel und medizinischer Fortschritt in der Zahnheilkunde sorgen dafür, dass die eigenen Zähne einige Jahrzehnte überdauern. Laut der Schweizerischen Gesundheitsbefragung von 2002 besassen in der Alterskategorie 60 bis 74 Jahre noch über 60 Prozent mehr als 20 eigene Zähne, 13 Prozent waren zahnlos. Über 75 Jahre hatte jede und jeder Dritte keine eigenen Zähne mehr.

Marion Kreissl: «Bei den Generationen, die jetzt in die Jahre kommen, wird sich das Verhältnis weiter zugunsten der eigenen Zähne verschieben, dank vermehrter Prophylaxemassnahmen und weil der Zahnerhalt mehr Bedeutung bekommen hat. Beim Zahnersatz bevorzugen viele jüngere Seniorinnen und Senioren festsitzende Brücken oder Kronen gegenüber abnehmbarem Zahnersatz. Mehr eigene Zähne bedeuten auch einen erhöhten Aufwand an häuslicher Mundhygiene: Die Zeit und Energie dafür sollten die Senioren unbedingt aufbringen.»

Wie gut sich der eigene Zahnbestand erhält, hängt nur zu einem kleinen Teil von der Veranlagung ab. Wichtiger ist laut Experten der sorgfältige Unterhalt: täglich mindestens zweimal gründliches Putzen der Zähne oder der Prothese mit den passenden Hilfsmitteln. Zusätzlich braucht es regelmässige Kontrollen beim Zahnarzt. Auch Prothesen sollten einmal pro Jahr beim Zahnarzt vom Zahntechniker professionell gereinigt werden.

Verbessertes Bewusstsein

Bei Personen, deren eigene Mundhygiene nicht ausreicht oder die sehr «kariesaktiv» sind, empfiehlt Zahnärztin Kreissl intensive professionelle Zahnreinigung bei häufigeren Dentalhygienesitzungen als den sonst üblichen ein bis zwei pro Jahr. Dies sollte immer in Absprache mit den behandelnden Zahnärzten geschehen. Bei Zahnbehandlungen lohnt es sich generell abzuklären, ob eine finanzielle Unterstützung im Rahmen der Ergänzungsleistung beantragt werden kann.

In den Zürcher Altersheimen, wo das «mobiDent» seit mehreren Jahren regelmässig im Einsatz ist, stieg das Bewusstsein für Zahn- und Prothesenhygiene bei Bewohnern wie auch beim Pflegepersonal. Während die einen die Prozedur der Zahnreinigung mehr aus Pflichtbewusstsein über sich ergehen lassen, freuen sich die anderen aufs Zähneputzen mit dem «Frölein Zahnarzt». **Martina Novak**