

## **Ernährung und Parodontitis - Effizienz von Nährstoffinhaltsstoffen im therapeutischen Kontext**

Parodontitis, eine bakteriell verursachte Entzündung des Zahnfleisches und des Zahnhalteapparates, zählt zu den häufigsten Erkrankungen des oralen Bereiches. Der fortschreitende Prozess dauert viele Jahre und zeigt sich über eine stufenweise zunehmende Intensität von Schäden des Gewebes, des Kiefers sowie über Zahnverluste. Einige systemische Erkrankungen stehen mit Zahnfleischerkrankungen in Zusammenhang. Gewöhnlich schließen Therapien von Parodontitis die Entfernung der bakteriellen Plaque und des beschädigten gingivalen Gewebes ein. Wenn die manuelle Behandlung schmerzhafte Symptome nicht verringern kann, erfordert eine chronische fortschreitende Parodontitis in einigen Fällen auch eine antibiotische Vorgehensweise. Die Entzündungsantwort des menschlichen Körpers hängt von seiner Abwehrkraft ab. Das Immunsystem ermöglicht eine Wirtsantwort auf Krankheiten und es besteht die Vermutung, dass dieser Vorgang durch Nährstoffe beeinflusst wird. Trotz des umfangreichen deutschen Nahrungsmittelmarktes haben einige Menschen, insbesondere ältere, Defizite in der Ernährung. Ebenso leiden Senioren häufiger unter Parodontitis. Als Verständniserleichterung werden in dieser Studie zunächst die Funktionen von Nahrungsverwertung und Immunsystem des Menschen erklärt. Anschließend werden Resultate klinischer Studien vorgestellt, die den Effekt verschiedener Nährstoffe hinsichtlich des Immunsystems und ergänzend in Bezug auf Parodontitis analysierten. Als Schlussfolgerung aus den erhaltenen Informationen ergibt sich die Annahme, dass bestimmte Nährstoffe und Nahrung per se positive Effekte auf Gesundheit und Heilung ausüben können. Mit einer ausgewogenen Ernährung bzw. einer gezielten Nährstoffverabreichung kann die Prophylaxe und Therapie der Parodontitis offensichtlich sinnvoll unterstützt werden. Daraus ergeben sich entsprechende Überlegungen für die Umsetzung im Alltag einer Zahnarztpraxis.

### **abstract**

Periodontitis, a bacterial inflammation of the gums and periodontum, is known as one of the most common human oral diseases. The progressive process takes many years with a gradually increasing intensity, shown by damages of the soft tissue, the jaw and the loss of teeth. Some systemic diseases are correlated to gum inflammation. Usually therapies of periodontitis include the remove of the

bacterial plaque and the damaged gingival tissue. If the manual treatment cannot minimize painful symptoms, chronic periodontitis requires in some cases antibiotic therapy. The inflammatory response depends on the individual status of human body defense. The immune system determines systemic host response to diseases and is assumed to be affected by nutrients. Despite the extensive German food market some humans, in particular older, have deficits in the nutrition. Likewise seniors are more frequently affected by periodontitis. In order to better understanding in this study first the mechanism of nutrition and the function of immune system are explained. Subsequently, results of clinical studies are presented, which analyzed the effect of different nutrients regarding the immune system and additionally regarding periodontitis. As conclusion from the received information results that several nutrients and food actually have positive effects on health and healing. With a balanced nutrition and/or selected nutrients the prophylaxis and therapy of the Periodontitis could be supported efficiently. This way different opportunities for daily dental practise arise.