

## KARIES

Karies ist eine der häufigsten infektiösen Zahnerkrankungen der industrialisierten Welt. Fast jeder Mensch ist in seinem Leben einmal von Karies betroffen. Bakterien im Mund sind dabei völlig normal: Sie gehören zu einer gesunden Mundflora dazu. Mehr als 700 verschiedene Bakterienarten tummeln sich in der Mundhöhle. Ist die Mundflora im Gleichgewicht, schützen die dort angesiedelten Bakterien sogar vor Infektionen mit krankmachenden Erregern. Nach dem Essen bilden die Bakterien gemeinsam mit dem Speichel einen Biofilm auf den Zähnen, die sogenannte Plaque. Diese muss regelmäßig entfernt werden. Ansonsten vermehren sich vor allem jene Bakterien, die negativ wirken und Karies verursachen können.

Die Bakterien nehmen Zucker (Kohlenhydrate) aus der Nahrung auf und wandeln ihn in Säure um. Diese wiederum greift den Zahnschmelz an und löst Mineralien wie Kalzium aus diesem heraus. Es entsteht Karies, die anschließend auch auf das Zahnbein (Dentin) übergreifen kann. Die Zerstörung des Zahns nimmt ihren Lauf. Zu Beginn der Zahnerkrankung sind lediglich helle oder bräunliche Stellen als Anzeichen einer Karies sichtbar. Später werden es dunkle bis schwarze Flecken. In diesem Stadium können die Zahndefekte bereits schmerzhaft sein. Schreitet die Karies weiter fort, kann sie auch das Zahnbein (Dentin) und schließlich den Zahnnerv befallen. Spätestens in diesem Stadium macht der Zahn mit Schmerzen auf sich aufmerksam.

Oftmals ist Karies aber auch gar nicht sichtbar, denn sie entsteht gern in den nicht einsehbaren Zahnzwischenräumen.-

**Wichtig:** Schmerzen entstehen erst bei sehr tiefer, nervnaher Karies. Haben Sie also keine Schmerzen, bedeutet das nicht, dass Sie keine Karies haben!

Karies entsteht vor allem in den Bereichen, die der Mundhygiene nicht oder nur schlecht zugänglich sind, also vor allem in den Zahnzwischenräumen und (vor allem in den ersten Jahren nach dem Durchbruch der Zähne) in den Vertiefungen und Rillen (Fissuren) auf der Zahnoberfläche. Da die äußerste Schicht des Zahnes, der Zahnschmelz, äußerst widerstandsfähig ist, entsteht zunächst oft nur ein sehr kleiner, auch für den Zahnarzt unsichtbarer Defekt im Schmelz. Sobald der Schmelz durchdrungen ist, trifft die Karies auf das sehr viel weichere Dentin und breitet sich darin - von außen völlig unsichtbar - höhlenartig und unterminierend aus. Zu diesem Zeitpunkt erkennt der Zahnarzt teilweise schon kalkige Verfärbungen des Zahnes, auch dieses Stadium kann jedoch noch völlig unsichtbar bleiben. Sicher diagnostizieren lässt sich solche Karies im Zahnzwischenraum nur mittels Röntgenaufnahmen. Es wird hier eine bestimmte Projektionstechnik angewandt, die die Zahnzwischenräume besonders gut darstellt. Auf diesen Aufnahmen kann Karies auch schon in einem sehr frühen Stadium erkannt werden.

Wird die Karies erkannt, bevor sie den Schmelz durchdrungen hat, ist eine "Reparatur" des Defekts allein durch intensive Mundhygiene und lokale Fluoridanwendung möglich.

Hat die Karies bereits das Dentin erreicht, ist eine Behandlung unabdingbar. Hier sollte möglichst minimalinvasiv vorgegangen werden, um bei der Füllungstherapie nicht unnötig gesunde Zahnhartsubstanz zu beschädigen. Wir raten Ihnen daher bei solchen Defekten immer zur minimalinvasiven Füllungstherapie mit modernen [▶Kunststoffmaterialien](#).

### **Richtige Vorbeugung**

Durch geeignete Maßnahmen kann man Karies vorbeugen. Grundvoraussetzung für gesunde Zähne ist eine ausgewogene Ernährung, die alle wichtigen Nährstoffe enthält. Insbesondere die Mineralstoffe Calcium, Phosphor und Fluorid sowie die Vitamine A, D und C sind unerlässlich für eine gesunde Entwicklung und Erhaltung der Zähne und des Zahnhalteapparates.

Putzen Sie mindestens zweimal am Tag Ihre Zähne, am gründlichsten vor dem Schlafengehen. Benutzen Sie dazu eine fluoridhaltige Zahnpasta. Besonders wichtig ist es, auch die schwer zu reinigenden Zahnzwischenräume nicht zu vernachlässigen ([▶Zwischenräume reinigen](#)). Besonders durch eine regelmäßige [▶professionelle Zahnreinigung](#) kann Karies dauerhaft vermieden werden. Auch eine regelmäßige Vorsorge-Untersuchung ist sinnvoll. Je früher Karies entdeckt wird, desto günstiger ist die Prognose.

### **Kann man Karies mit dem bloßen Auge erkennen?**

Nur selten entsteht Karies in gut zugänglichen Bereichen, denn diese können Sie beim Zähneputzen ja gut erreichen und sauber halten. Nur bei mangelhafter Mundhygiene entsteht Karies auf zugänglichen Zahnflächen. Daher ist Karies mit dem bloßen Auge nur in den seltensten Fällen sichtbar. Aus diesem Grunde untersuchen wir Sie immer unter Zuhilfenahme einer Lupenbrille. Die nicht einzusehenden Zahnzwischenräume müssen darüber hinaus regelmäßig mittels Röntgenaufnahmen untersucht werden.

### **Verursacht Karies Schmerzen?**

Nicht unbedingt. Zumindest nicht am Anfang. Das Gemeine ist, dass man bei Befall der äußersten Schicht der Zahnkrone, des Zahnschmelzes, keine Schmerzen verspürt. So beginnt die Karies meist unbemerkt. Ist die Grenze vom Zahnschmelz zum darunter liegenden Dentin überschritten, können Schmerzen vor allem bei Kontakt mit kalten Substanzen auftreten. Mit der Eindringtiefe der Karies nimmt meist auch die Empfindlichkeit des Zahns zu. Ist sie beim Zahnmark angelangt, kommt es meist zu einem bohrenden, dumpfen Dauerschmerz, der auch mit Schmerztabletten häufig nicht bekämpft werden kann.

### Doch Vorsicht:

Hat man diese Schmerzphase überstanden, kann der Schmerz wieder aufhören, da der Nerv durch die Einwirkung der Karies absterben kann. Der Entzündungsprozess geht allerdings unbemerkt weiter. Deshalb sollten Sie erste Schmerzen oder empfindliche Reaktionen ernst nehmen. Kommen sie auf jeden Fall in unsere Praxis!

### Was kann man zur Vorbeugung gegen Karies tun?

Man kann mit Hilfe des Mineralstoffs Fluorid vorbeugen, der erwiesenermaßen gegen Karies schützt: Er wird in den Zahnschmelz aufgenommen, stärkt ihn und macht ihn widerstandsfähiger gegen Karies. Sogar bereits entstandene Frühschäden (Entkalkungen) können durch Fluoride repariert (remineralisiert) werden. Sie können ihn zum Beispiel über fluoridhaltiges Salz aufnehmen bzw. Ihren Zähnen über Zahnpasta oder Fluoridgele zuführen. Zudem ist es sinnvoll, die Zähne zweimal jährlich [professionell in unserer Praxis reinigen](#) zu lassen. In deren Rahmen beraten wir Sie auch gern ganz individuell über die für Sie sinnvollen Vorbeugungsmaßnahmen.

### Weitere Informationen zum Thema Karies:

