

Münchener Mediziner erklären zwei Volkskrankheiten, die die Patienten im Alltag belasten



Schluss mit der Scham

Die große tz-Serie über Tabukrankheiten

Halitosis und Hyperhidrosis – hinter diesen beiden Fremdwörtern verbergen sich zwei Volkskrankheiten, die die Patienten im Alltag stark belasten können: Mundgeruch und übermäßiges Schwitzen. Häufig leiden nicht nur die Betroffenen selbst darunter, sondern auch ihre Partner, Freunde oder Kollegen. Was kann man dagegen tun? In der großen tz-Gesundheitsserie über Tabukrankheiten liefern renommierte Münchener Mediziner Tipps und Hintergründe.

ANDREAS BEEZ

Endlich wieder frischer Atem

Mundgeruch

Die Erkrankung

■ **Was ist das eigentlich genau bzw. was steckt hinter der Erkrankung?** Mundgeruch entsteht in 90 Prozent der Fälle in der Mundhöhle. Verursacht wird der übel riechende Atem (Fachbegriff Halitosis) meistens von Bakterien, genauer gesagt durch Stoffwechselprozesse bestimmter Erreger. „Häufigste Ursache sind bakterielle Zungenbeläge“, erläutert Professor Hannes Wachtel. In selteneren Fällen kann Mundgeruch von Problemen im Magen-Darm-Trakt oder im Hals-Nasen-Ohren-Bereich herrühren.

■ **Was bedeutet der (Fach-)Ausdruck bzw. wo kommt er her?** Der Fachbegriff Halitosis leitet sich vom lateinischen Wort halitus ab, das Atem bedeutet.

■ **Wie viele Menschen sind von der Erkrankung betroffen?** Die Deutsche Gesellschaft für Parodontologie schätzt, dass in Deutschland jeder Vierte gelegentlich Mundgeruch hat. Sechs Prozent der Bundesbürger leiden chronisch darunter. Ältere Menschen sind häufiger betroffen als jüngere. „Die Crux ist, dass viele Betroffene gar nichts von ihrem Problem wissen. Zum einen, weil sie ihren schlechten Atem selbst kaum riechen können. Zum anderen, weil sie nicht offen darauf angesprochen werden“, erläutert Prof. Wachtel.

■ **Wer ist besonders gefährdet bzw. leidet besonders darunter?** Menschen, die die Mundhygiene vernachlässigen und/oder an Parodontitis leiden. Auch eine Infektion der Magenschleimhaut mit Bakterien der Gattung *Helicobacter pylori* – ein Volksleiden – kann den Atem beeinflussen. „In Deutschland sind etwa 33 Millionen Menschen damit infiziert“, weiß Prof. Mussack. „Unterm Strich etwa 30 Prozent der Erwachsenen und fünf Prozent aller Kinder.“ Allerdings verläuft die Infektion oft über Jahre ohne Symptome und bereitet erst durch eine Schwächung des Immunsystems Beschwerden.

■ **Wie kann ich mich davor schützen?** „Entscheidend ist, die bakteriellen Beläge aus dem Mund zu entfernen“, sagt Prof. Wachtel. „Dazu verwendet man unter anderem spezielle Zungenreiniger. Außerdem sollte man die Zahnpflege ernst nehmen, zu der regelmäßiges Putzen mit der Bürste und das Verwenden von Zahnseide gehören.“

Die Symptome

■ **Wie äußert sich die Erkrankung genau?** Durch übel riechenden Atem.

■ **Wie kann ich selbst testen, ob ich betroffen bin?** Am besten, indem man eine Vertrauensperson anspricht und um eine ehrliche Antwort bittet: „Sag mal, habe ich Mundgeruch?“ Bei Verdacht auf eine Infektion mit *Helicobacter*-Bakterien gibt es neuerdings Heimtests. „Dafür wird lediglich eine Stuhlprobe benötigt, die man zu Hause entnehmen kann“, erläutert Prof. Mussack. „Alle erforderlichen Materialien wie ein Gefäß und Verpackungsmaterial befinden sich im Testset. Die Probe wird dann in ein Fachlabor zur Analyse geschickt und das Ergebnis per Mail zugestellt.“

Die Ursachen

■ **Wie entsteht die Erkrankung?** Etwa 60 bis 80 Prozent aller Bakterien, die Mundgeruch verursachen, nisten sich auf der Zunge ein – genauer gesagt in deren Vertiefungen. Dort zersetzen bestimmte Bakterien Eiweiße aus dem Speichel oder aus Nahrungsresten. Dabei bilden sich schwefelhaltige Verbindungen, die den unangenehmen Geruch verursachen. „Im Magen können *Helicobacter*-Bakterien eine Magenschleimhautentzündung hervor-



Mit speziellen Zungenreinigern lassen sich bakterielle Beläge aus dem Mund entfernen

Foto: Maurilius

rufen, die unter anderem Mundgeruch auslöst“, sagt Prof. Mussack. „Eine dabei erhöhte Magensäureproduktion führt nicht selten auch zu Appetitlosigkeit und einem Völlegefühl im Oberbauch.“

■ **Was sind besondere Risikofaktoren?** Insbesondere Parodontitis. Laut Deutscher Gesellschaft für Parodontologie wurde in mehreren wissenschaftlichen Studien ein direkter Zusammenhang zwischen dem Ausmaß erkrankter Zahnfleischtaschen und der Stärke von Mundgeruch bestätigt. Auch Mundtrockenheit befeuert die Entstehung.

Unsere Experten

Prof. Hannes Wachtel ist Zahnarzt und Implantologe. Er praktiziert in der Implaneo Dental Clinic in Bogenhausen, Tel: 089/ 54 04 25 80, www.implaneode.de.



Prof. Thomas Mussack ist Chefarzt der Allgemein- und Viszeralchirurgie am Chirurgischen Klinikum München-Süd, Tel: 089/ 72440-224, www.artemed.de/ckms.

■ **Wodurch erhöhe ich das Risiko zusätzlich?** „Durch Rauchen, Stress und übermäßigen Alkoholkonsum“, erläutert Prof. Wachtel.

Die Therapie

■ **Zu welchem Arzt kann ich damit gehen?** Zum Zahnarzt, gegebenenfalls auch zu einem Gastroenterologen.

■ **Was kann passieren, wenn ich mich zu lange vor der Behandlung drücke?** „Wenn eine fortgeschrittene Parodontitis mit Sekret- und Eiterentleerungen aus den Zahnfleischtaschen besteht, können die Bakterien den Zahnhalteapparat im Mund immer weiter schädigen. Zudem kann die Erkrankung auch Entzündungsprozesse in anderen Organen verursachen, beispielsweise zu Gefäßschädigungen im Herzen oder im Gehirn führen“, berichtet Prof. Wachtel. Sollte der Mundgeruch von *Helicobacter*-Bakterien verursacht werden, ist eine möglichst frühzeitige Behandlung ebenso wichtig. Denn die Erreger erhöhen unter anderem das Magenkrebs-Risiko.

■ **Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?** In erster Linie geht es darum, die bakteriellen Beläge aus dem Mund zu entfernen. Dazu lernt der Patient beispielsweise beim Zahnarzt, wie man einen Zungenreiniger einsetzt. Auch eine Verbesserung der Zahnhygiene und professionelle Zahnreinigung können helfen. *Helicobacter*-Bakterien werden mit Antibiotika in Kombination mit einem Magensäurehemmer für zehn Tage bekämpft.

■ **Wie gut sind die Heilungschancen?** Insgesamt sehr gut.

■ **Was kann ich selbst zusätzlich gegen die Erkrankung tun?** (Z.B. Hausmittel, Sofortmaßnahmen). „Auf jeden Fall immer ausreichend Flüssigkeit trinken, am besten Wasser, um Mundtrockenheit und damit der Entstehung von Mundgeruch vorzubeugen“, raten Prof. Wachtel und Prof. Mussack.

Volkskrankheit Mundgeruch: Experten schätzen, dass jeder Vierte hin und wieder damit Probleme hat

Foto: Okapia

