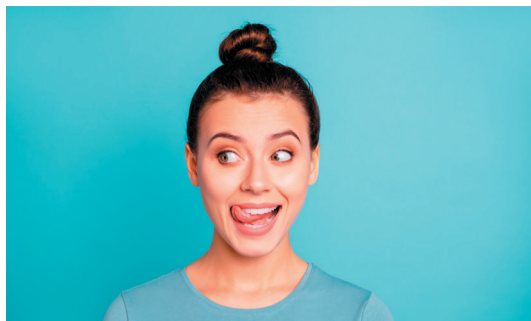


Tabuthema Mundgeruch (Halitosis)

Leider ist Mundgeruch noch immer ein Tabuthema. Niemand spricht gerne über Mundgeruch oder weist sein Gegenüber darauf hin. Dabei können übel riechende Gerüche aus dem Mund unglaublich unangenehm für das gesamte Umfeld und sogar für den Betroffenen selbst sein. Mundgeruch stellt im eigentlichen Sinne keine Krankheit dar, sondern ist mehr als Symptom anzusehen. Tückisch, Betroffene merken häufig nicht, dass sie unter Mundgeruch leiden. Weist sie niemand auf den unangenehmen Geruch aus dem Mund hin, ist Besserung nur selten in Sicht. Welche Ursachen Mundgeruch haben kann und wie du ihn aktiv bekämpfen kannst, erklären wir dir in unserem heutigen Blogbeitrag.



Mundgeruch: Nicht immer muss eine Erkrankung ursächlich sein

Nicht immer tritt Mundgeruch als Symptom einer Krankheit auf. Die Ursache von unangenehmen Gerüchen aus dem Mund ist häufig dem Verzehr von sehr geruchsintensiven Lebensmitteln oder Getränken geschuldet. Zwiebeln, Knoblauch, Kaffee, Alkohol sowie verschiedene Medikamente können kurzfristig für Mundgeruch sorgen. Besonders charakteristisch für kurzfristigen Mundgeruch ist, dass er in den meisten Fällen direkt in der Mundhöhle entsteht. Er lässt sich weder auf tiefer gelegene Erkrankungen zurückführen noch auf Magen-Darm-Probleme. Nichtsdestotrotz kann anhaltender Mundgeruch grundlegend auch immer auf eine Erkrankung hinweisen.

Kurzfristiger Mundgeruch zeichnet sich dadurch aus, dass er lediglich in der ausgeatmeten Luft feststellbar ist und das nur für einen bestimmten, relativ kurzen Zeitraum. Entsteht Mundgeruch außerhalb der Mundhöhle kann er auch beim Ausatmen durch die Nase wahrgenommen werden. In diesem Fall spricht man von Halitosis.

Mundgeruch und seine häufigsten Ursachen

Bauen anaerobe Bakterien in der Mundhöhle Speisereste zu flüchtigen chemische Verbindungen ab, entsteht der als unangenehm wahrgenommene Fäulnisgeruch. Zumeist basiert dieser auf Schwefelverbindungen. Dabei fühlen sich die verursachenden Bakterien auf

überstehenden Zahn- und Kronenrändern,
in Zahnzwischenräumen,
auf den Zungenpapillen
sowie in Zahnfleischtaschen

besonders wohl. Putzt du deine Zähne nicht regelmäßig oder nicht gründlich genug, können sich diese „Fäulnisbakterien“ massiv vermehren. Das erzeugt den übel riechenden Geruch aus dem Mund. Übrigens können auch schlecht sitzende Füllungen ursächlich für Mundgeruch sein.

Mundgeruch und seine seltensten Ursachen

Mundgeruch, der nicht auf Abbauprodukten von Bakterien mündet, kann durch verschiedene andere Erkrankungen entstehen. Dazu können Erkrankungen der

Nasennebenhöhlen,
Kieferhöhle,
Lunge,
Magenschleimhaut
sowie des Darms

zählen. Wird die eigentliche Krankheit erfolgreich diagnostiziert und behandelt verschwindet auch der Mundgeruch.

Mundgeruch wirksam behandeln

Gründliche und regelmäßige Zahn- und Zungenhygiene bildet die Basis gegen Mundgeruch. Dabei spielt nicht nur die Wahl der richtigen Zahnbürste eine wichtige Rolle, sondern auch der Einsatz von zusätzlichen Zahnpflegeprodukten wie beispielsweise Zahnseide und Interdentalbürsten im Bereich schwer zugänglicher Zahnzwischenräume. Desinfizierendes Mundwasser und Zungenschaber können ebenso ihren Teil zur gründlichen Zahnhygiene beitragen.

Um Mundgeruch effektiv vorzubeugen, empfehlen wir dir unsere emmi[®]-dent Ultraschallzahnbürste. Bei regelmäßiger Anwendung vertreibt sie nicht nur Mundgeruch, der durch Fäulnisbakterien ausgelöst wird, sondern sorgt für strahlend weiße Zähne und gesundes Zahnfleisch.