

Zahnmedizinische Ansätze für eine betriebliche Gesundheitsförderung sucht man in Deutschland bislang vergebens, obwohl es Bedarf gibt. Denn bei Weitem nicht alle Erwachsenen nehmen die entsprechenden Angebote in der Zahnarztpraxis wahr. Im nachfolgenden Interview spricht Prof. Dr. Stefan Zimmer, Lehrstuhl für Zahnerhaltung und Präventive Zahnmedizin an der Universität Witten/Herdecke, über das „Pilotprojekt zur betrieblichen zahnmedizinischen Prävention“.

Prof. Dr. S. Zimmer
[Infos zum Autor]



Niedrigschwellige Prophylaxe mit zuckerfreiem Kaugummi

Zahnmedizinische Prävention am Arbeitsplatz

Prof. Dr. Stefan Zimmer brachte eine Pilotstudie zur Implementierung von Präventionsprogrammen auf den Weg.



auch die Maßnahmen zur Vermeidung der frühkindlichen Karies. Spätestens mit dem 18. Geburtstag enden all diese Präventionsprogramme. Leider lässt sich Zahngesundheit nicht auf Vorrat schaffen. Es gibt Studien, die zeigen, dass Erfolge in der Prävention, wie wir sie in Deutschland bei Kindern und Jugendlichen sehen, sehr schnell wieder komplett verloren gehen, sobald die entsprechenden Programme aufhören. Die Idee, dass man mit 18 Jahren alles in die Verantwortung des Erwachsenen legen kann, ist leider nicht in allen Belangen erfolgreich. Auch Erwachsene brauchen oft Unterstützung durch entsprechende Programme. Anlass also für eine Pilotstudie, ob und wie die Zahngesundheit bei Erwachsenen mit einfachen, niedrigschwelligen Maßnahmen verbessert werden kann, und zwar am besten dort, wo die meisten von ihnen tagsüber sind: am Arbeitsplatz.

Sie haben eine Pilotstudie zur Implementierung von Präventionsprogrammen am Arbeitsplatz auf den Weg gebracht. Wie gingen Sie vor?

144 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter einer Heimtier-nahrungsfabrik, also eines Betriebes mit Arbeitsplätzen in Büro und Produktion, wurde zunächst ein Lehrvideo zu den Grundzügen der Zahngesundheit und zur Zahnpflege gezeigt. Außerdem wurde ihnen die Wirkung von zuckerfreiem Kaugummi und einer Mundspüllösung mit Fluorid und antibakteriellen Wirkstoffen erklärt. Diese Produkte wurden den Probanden der Studie für den Zeitraum eines Jahres zur Verfügung gestellt, jeweils zum zweimal täglichen Gebrauch. Vor Beginn der Anwendung wurden die drei Mundhygiene-Indizes Papillen-Blutungsindex (PBI), der modifizierte Approximal-Plaque-Index (mAPI) sowie Sondierungstiefen (ST)

Die Mundgesundheit in Deutschland ist bei Kindern viel besser als bei Erwachsenen, woran liegt das?

Aus meiner Sicht liegt das daran, dass es für Kinder und Jugendliche sehr gut strukturierte und wirksame Programme gibt, die von der gesetzlichen Krankenversicherung bezahlt werden. Denken Sie an die Gruppenprophylaxe in den Schulen, die IP-Positionen für 6- bis 18-Jährige und neuerdings

Die Beiträge in dieser Rubrik stammen von den Herstellern bzw. Vertriebern und spiegeln nicht die Meinung der Redaktion wider.



Abb. 2: Praktische Zahnpflege in der Pause.

erhoben. Außerdem wurde ein Fragebogen ausgefüllt, um das Mundgesundheitswissen und -verhalten abzufragen.

Führte dieses niedrighschwellige Zahnpflegeangebot am Arbeitsplatz zu mehr Zahngesundheit?

Ja, unsere Pilotstudie zeigte deutliche Verbesserungen bei allen drei untersuchten Mundhygiene-Indizes. Wir fanden weniger Zahnfleischbluten, weniger Zahnbeläge und sogar etwas reduzierte Sondierungstiefen. Der PBI verbesserte sich um 28 Prozent, der mAPI um zwölf und die Sondierungstiefen waren um 15 Prozent reduziert. Außerdem hatte sich das Wissen zum Thema Zahngesundheit signifikant verbessert. Beim Mundgesundheitsverhalten der Mitarbeitenden konnten wir nur teilweise Verbesserungen feststellen, aber das hat uns nicht enttäuscht, weil das der schwierigste Part ist. Deshalb ist es so wichtig, dass wir Maßnahmen eingesetzt haben, die auch ohne große Verhaltensänderungen wirken: das Kaugummikauen und Verwenden einer Mundspüllösung. Beim Kaugummikauen haben wir die deutlichste Verbesserung gesehen. Wir hatten abgefragt, wie oft durchschnittlich zuckerfreier Kaugummi gekaut wurde. Score 4 bedeutete einmal pro Woche, 3 mehrmals pro Woche und 2 einmal pro Tag. Zu Beginn der Studie lag der Mittelwert bei 3,64 und am Ende bei 2,78. Das ist doch eine erhebliche Verbesserung, die nicht nur statistisch signifikant ist, sondern auch eine kli-

nische Relevanz besitzt. Außerdem gingen die Mitarbeitenden am Ende der Studie häufiger zum Zahnarzt, was auch einen relevanten Effekt darstellt. Unsere Studie ist übrigens die erste in Deutschland publizierte zu zahnmedizinischen Aspekten im Themenfeld betrieblicher Prävention.

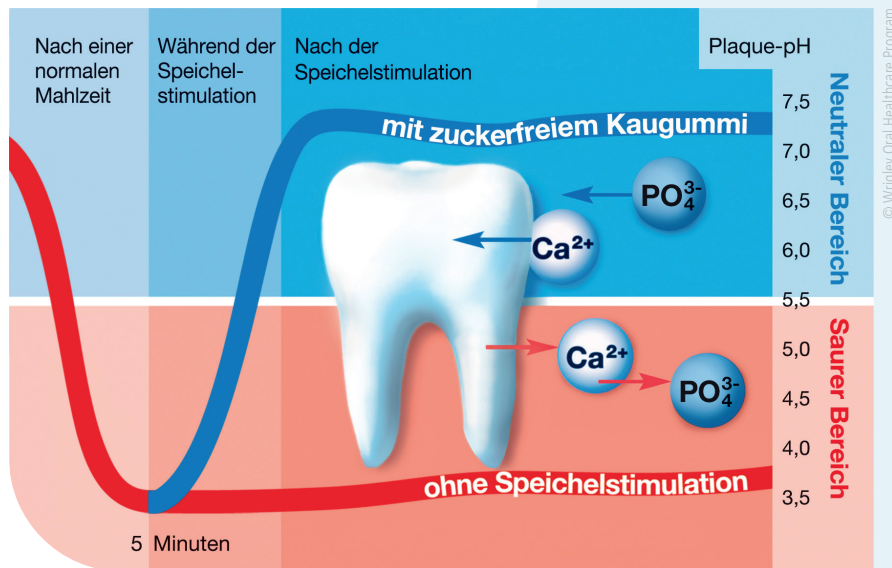
Was haben die Teilnehmenden Ihrer Untersuchung hauptsächlich genutzt, die Mundspülung oder den zuckerfreien Kaugummi? Oder beides?

Nach unserem Fragebogen war die Akzeptanz beim Kaugummikauen besser. Das liegt vermutlich daran, dass ich den Kaugummi unproblematisch am Arbeitsplatz kauen kann und weder eine Unterbrechung der Arbeit noch eine besondere Infrastruktur erforderlich ist. Da ist das Mundspülen etwas schwieriger. Ich muss den Arbeitsplatz verlassen und brauche ein Waschbecken. Trotzdem hat sich auch die Anwendung der Mundspüllösung

Abb. 3: Die zuckerfreien Wrigley's Extra Kaugummis zur Zahnpflege. – Abb. 4: Die Deutsche Gesellschaft für Zahnerhaltung gibt eine Leitlinie mit sieben Empfehlungen zur Kariesprophylaxe heraus.



e Beiträge in dieser Rubrik stammen von den Herstellern bzw. Vertreibern und spiegeln nicht die Meinung der Redaktion wider.



© Wrigley Oral Healthcare Program

Abb. 5: Verlauf der pH-Kurve mit und ohne das Kauen von zuckerfreiem Kaugummi.

deutlich verbessert und sie hat auch offensichtlich gewirkt. Wir müssen aber überlegen, wie wir hier noch besser instruieren und die Akzeptanz verbessern. Ich könnte mir z. B. vorstellen, dass man die Spüllösung in einen Becher ausspuckt, den man auskippen kann, wenn man beim nächsten Mal die Waschräume aufsucht.

Was macht betriebliche Gesundheitsprävention grundsätzlich aus?

Betriebliche Gesundheitsprävention, wie sie vom Europäischen Netzwerk für betriebliche Gesundheitsförderung gefordert wird, setzt auf Verhaltens- und auf Verhältnisprävention. Ersterer zielt darauf ab, das individuelle Verhalten eines Menschen so zu beeinflussen, dass er Gesundheitsrisiken vermeidet und ein die Gesundheit förderndes Verhalten annimmt. Ein Beispiel aus der Zahnmedizin sind Motivierung und Instruktion, so wie das Zeigen des Lehrvideos zur Zahnpflege in unserer Studie. Die Verhältnisprävention versucht, unseren Lebensraum so zu gestalten, dass er gesundheitsförderlich ist. Ein Beispiel aus der Zahnmedizin ist, am Arbeitsplatz zuckerfreie Kaugummis zur Verfügung zu stellen.

Wieso eignet sich Kaugummikauen besonders gut als niedrigschwellige Prophylaxemaßnahme am Arbeitsplatz?

Kaugummikauen ist einfach, schmeckt den meisten und ist leitliniengerecht. Insofern ist es eine perfekte niedrigschwellige Maßnahme. Die Wirksamkeit des regelmäßigen Konsums von zuckerfreiem Kaugummi auf die Verhinderung von kariösen Läsionen ist gut belegt, weshalb Kaugummikauen nach Mahlzeiten zu den sieben Empfehlungen der medizinischen „Leitlinie zur Kariesprophylaxe bei bleibenden Zähnen“ zählt, die es auch als laiengerechte Patientenbroschüre gibt (siehe Abb. 4).¹ Niedrigschwellige Maßnahmen untertags und am Arbeitsplatz, wie das Kaugummikauen, helfen zudem, die genannte Präventionslücke zwischen Jugend- und Erwachsenenalter zu schließen.

Wie wirkt Kaugummikauen zahnmedizinisch?

Kaugummis wirken zahnmedizinisch nicht direkt über spezielle Inhaltsstoffe, sondern indirekt über die Stimulation des Speichelflusses durch das Kauen. Die Speichelstimulation wird über den Akt des Kauens selbst (Mastikation) sowie durch die von den Geschmacksstoffen des Kaugummis angeregten Nerven („das Wasser läuft im Mund zusammen“) ausgelöst. Ein zuckerfreies Kaugummi sollte daher – auch aus zahnmedizinischer Sicht betrachtet – möglichst gut schmecken, damit er nach einer Mahlzeit möglichst lange, am besten zwischen zehn und 20 Minuten, gekaut und dadurch nachhaltig viel Speichel produziert wird. Der so stimulierte Speichel neutralisiert Säuren, reinigt die Mundhöhle von verbliebenen Nahrungsbestandteilen und wirkt remineralisierend auf den Zahnschmelz (siehe Abb. 5). Der Erfolg unserer Pilotstudie zeigt: Betriebliche Vorsorgeprogramme könnten der ideale Weg sein, Wissenslücken im Erwachsenenalter auszugleichen und die Mundgesundheit zu verbessern. Die bislang gewonnenen Erkenntnisse dienen als Grundlage für die geplante Anschlussstudie mit mehr Probandinnen und Probanden, längerer Laufzeit und anderen Zielparametern. Am Ende wollen wir natürlich wissen, wie gut das Programm in der Vorbeugung von Karies und Parodontitis wirkt.

Prof. Dr. Zimmer, vielen Dank für das Gespräch.

¹ Arztpraxen können die Patientenversion der Leitlinie mit ihren „7 grundlegenden Empfehlungen zur Kariesprophylaxe bei bleibenden Zähnen“ kostenlos auf der Website der Mundgesundheitsinitiative Wrigley Oral Healthcare Program „www.wrigley-dental.de“ unter Shop/Praxismaterial bestellen. Sie fasst kurz, knapp und allgemein verständlich zusammen, was derzeit in puncto Kariesprophylaxe wissenschaftlich gesichert und empfehlenswert ist.

Die Beiträge in dieser Rubrik stammen von den Herstellern bzw. Vertreibern und spiegeln nicht die Meinung der Redaktion wider.