

ERNÄHRUNGSUMSTELLUNG

Wenig Kohlehydrate, viel Vitamine, Nitrat und Ballaststoffe: Gut gegen gingivale Entzündungen

| Eine Ernährung, die wenig Kohlenhydrate enthält und reich an Omega-3-Fettsäuren, Vitamin C, Vitamin D, Antioxidantien und Ballaststoffen ist, kann signifikant gingivale und parodontale Entzündungsparameter reduzieren, berichten Freiburger Wissenschaftler. Würzburger Zahnmediziner dagegen setzen auf nitrathaltigen Salatsaft. |

Gesunde Ernährung senkt Entzündungsparameter

Am Universitätsklinikum Freiburg änderten zehn Probanden für die Dauer von vier Wochen die Ernährung in Richtung einer kohlenhydrat-reduzierten Kost, die reich an Omega-3-Fettsäuren, Vitamin D, Vitamin C, Antioxidantien und Ballaststoffen war. Die Teilnehmer der Kontrollgruppe änderten ihr Ernährungsverhalten nicht.

Ein verblindeter Prüfwahnenarzt evaluierte Plaqueswerte (PI), gingivale Entzündung (GI) und den Parodontalstatus: Während die Plaqueswerte in beiden Gruppen konstant blieben, sanken die gingivalen Entzündungswerte (GI), Blutung auf Sondieren (BOP) sowie die parodontale Gesamtentzündungsfläche (PISA) um etwa die Hälfte (GI: $1,10 \pm 0,51$ auf $0,54 \pm 0,30$; BOP: 53,57 Prozent auf 24,17 Prozent; PISA: 638 mm^2 auf 284 mm^2). Diese Reduktion war signifikant unterschiedlich im Vergleich zur Kontrollgruppe, die konstante Entzündungswerte zeigte. [1]

Salatsaftextrakt verringert die Gingivitis

Am Universitätsklinikum Würzburg wurden 44 parodontal erkrankte Recall-Patienten mit leichter bis mittelschwerer Gingivitis (GI ≤ 2 an mindestens drei Zähnen) rekrutiert. Alle Patienten erhielten eine parodontale Erhaltungstherapie (sub- und supragingivales Debridement) ohne weitere Mundhygieneinstruktion. Alle Patienten tranken über einen Zeitraum von 14 Tagen dreimal täglich ein Salatsaftgetränk. In der Testgruppe, die ein nitratreiches Getränk erhielt, wurde so die Nitrataufnahme auf die von der FAO/WHO empfohlenen ca. 200 mg Nitrat/Tag erhöht. Alle Patienten hielten eine strenge nitratararme Diät ein.

Während sich die zu Studienbeginn aufgezeichneten Werte der gingivalen Entzündung (GI) der beiden Gruppen nicht voneinander unterschieden, konnte nach der 14-tägigen Beobachtungszeit ein signifikanter Unterschied der mittleren GI-Werte der Gruppen beobachtet werden (0,26 in der Nitrat-Gruppe gegenüber 0,47 in der Kontrollgruppe). [2]

FAZIT | Die Ergebnisse dieser Studie legen nahe, dass das mit der Nahrung aufgenommene Nitrat-Niveau ein wichtiger Modulator der Zahnfleischentzündung ist. Die zugrunde liegenden Mechanismen sind jedoch nach wie vor nur wenig bekannt und bedürfen weiterer Untersuchungen.

Ernährung ändern
– und im Mund wird
alles besser?

Zahnfleisch-Entzündung ging zurück

☑ QUELLEN

- [1] Wölber J et al. Entzündungsparameter reduzieren. Ergebnisse einer randomisierten, kontrollierten, klinischen Studie. 48. Jahrestagung der AfG, Mainz, 7.- 8. Januar 2016.
- [2] Jockel-Schneider Y et al. Die Stimulation des Nitrit- Nitrat- Stickstoffmonoxid Metabolismus durch den regelmäßigen Konsum eines nitrathaltigen Salatsaftextraktes verringert die klinischen Zeichen einer Gingivitis bei parodontalen Recallpatienten – eine doppelblinde, randomisierte, Placebo kontrollierte klinische Studie. 48. Jahrestagung der AfG, Mainz, 7.- 8. Januar 2016.

MIKROBIOLOGIE

Besorgniserregend: Deutlich gestiegene Resistenzquote beim Clindamycin

Der in der Literatur oft diskutierte Wandel des Erregerspektrums bei odontogenen Infektionen besteht nicht, betonen Mikrobiologen der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg. Aus mikrobiologischer Sicht sind allerdings einige taxonomische Reklassifizierungen erfolgt. Die Resistenzsituation ist bei den Betalaktam-Antibiotika regional stabil. Der wichtigste Aspekt bleibt die deutlich gestiegene Resistenzquote beim Clindamycin, weshalb dieses Präparat nur mit Einschränkungen zu empfehlen ist. |

1.176 Erreger bei 428 Patienten

Die Wissenschaftler analysierten 428 Patienten mit einer odontogenen Infektion. Dabei konnten 1.176 Erreger nachgewiesen werden. Das Erregerspektrum war über die vergangenen zwei Jahrzehnte stabil, es überwogen aerob-anaerobe Erreger-Gemische:

- Im aeroben Bereich überwogen die Gattungen Streptococcus und Neisseria.
- Das anaerobe Spektrum wurde von den Genera Prevotella, Fusobacterium und Actinomyces, Propionibacterium und Parvimonas (früher Peptostreptococcus) dominiert.

Stetig steigende Resistenzquoten

Die Resistenzquoten steigen kontinuierlich an: Während Mitte/Ende der 90er-Jahre im anaeroben Bereich die Resistenz gegen Penicillin G/V lediglich 1,2 Prozent betrug, liegt diese gegenwärtig bei 5,5 Prozent.

Die bedeutendste Resistenzentwicklung musste beim Clindamycin verzeichnet werden (aktuell 11,9 zu 3,3 Prozent). Die Resistenzquoten gegen Kombinations- bzw. Reservepräparate sind ebenfalls gestiegen (Amoxicillin/Clavulansäure 2,8 Prozent, Imipenem 1,1 Prozent und Piperacillin/Tazobactam 1,3 Prozent).

☑ QUELLE

- Exkert A W et al. Odontogene Infektionen – gibt es neue Aspekte? 66. Kongress der DGMKG . Hamburg, 1.-4. Juni 2016.

Clindamycin nur eingeschränkt zu empfehlen

Die Resistenzquoten stiegen stetig