

Compliance durch Zungenreinigung zu Hause. Studienlage zu den positiven Effekten der nachhaltigen Zungenreinigung. Wichtigkeit von Aufklärung, Motivation und Unterstützung der Patienten

Lernziel: Kennenlernen von Methoden und Erkenntnissen zum Thema Zungenreinigung zu Hause.



Sandra Kern

Dentalhygienikerin, Fulda

Zungenreinigung – Homecare

Ziele der häuslichen Zungenreinigung

- Reduktion von Mundgeruch
- Verbesserung des Geschmackssinnes
- Optische Verbesserung der Zunge
- Bakterienreduktion
- Unterstützung der Allgemeingesundheit

Zungenreiniger



Quelle: S. Kern

Zungengel

- fördert die Gleitfähigkeit bei der Zungenreinigung
- Antibakteriell & Entzündungshemmend
- Verlängert die Wirkungsdauer
- Pflegend
- Frischegefühl

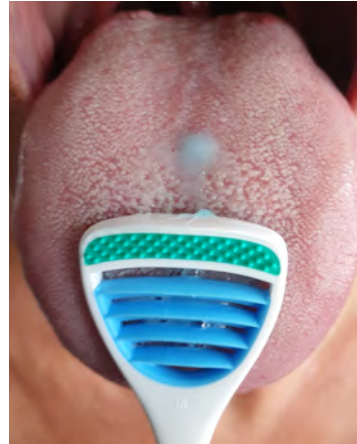
Tipps zur Anwendung

- Zungenschaber entfernen lediglich obere Belagsschichten des Zungenbelags
- Wirkungsdauer von Zungenschaber ist kürzer im Vergleich zur Zungenbürste
- Verletzungsgefahr vermeiden – Bakteriämiegefahr
- Dorsale Begrenzung – höchste Punkt bei herausgestreckter Zunge
- Zahnbürsten ungeeignet – Arbeitsfläche zu klein, Borsten zu weich, Bürstenkopf zu hoch -> erhöhter Würgereflex
- Minimierung des Würgereiz -> regelmäßiges Zungenreinigen, Augen schließen, Zungenspitze festhalten

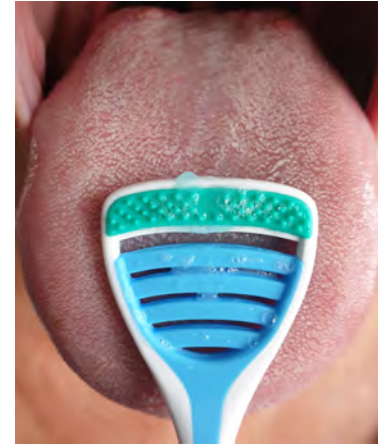
Anwendung



Quelle: GabaCP



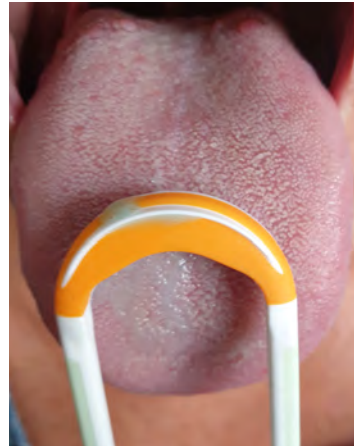
Quelle: S. Kern



Anwendung



Quelle: One Drop Only



Quelle: S. Kern

Anwendung zu Hause



Quelle: S. Kern

Studienlage

- Allein durch die Zungenreinigung besteht die Möglichkeit der deutlichen Reduktion der Kariesleitkeime im Speichel. ALMAS et al. 2005; WHITE und ARMALEH 2002
- Zungenreinigung reduziert die Bakterienanzahl im Zungenbelag zwar kurzzeitig, aber zum Erhalt der Mundgesundheit sollte eine Kombination aus Zähne bürsten und Zungenreinigung durchgeführt werden. MATSUI et al. 2014
- Regelmäßige Zungenreinigung bei Kindern in Verbindung mit Zähneputzen führt zu einer signifikanten Reduktion der dentalen Plaque. WINNIER et al. 2013

S3-Leitlinie

„Häusliches mechanisches Biofilmmangement in der Prävention und Therapie der Gingivitis“ - Zungenreiniger

- ...Eine Ausnahme bilden hier die Zungenreiniger, welche zwar aufgrund der Suchkriterien in der systematischen Analyse keine Erwähnung fanden, aber für die Behandlung des Mundgeruchs klinisch relevant sind.
- Mit Zungenreinigern können Biofilme auf der Zunge reduziert werden, wodurch zumindest der Mundgeruch aufgrund intraoraler Ursachen vermindert werden kann.
- Eine allgemeingültige Empfehlung kann aber aufgrund der schwachen Evidenz zu additiven Effekten durch Nutzung von Zungenreinigern gegenüber alleiniger Verwendung von Zahnbürsten nicht gegeben werden.
- Weitere Effekte, wie Karies- oder Parodontitis präventive Wirkungen, sind ebenso wenig eindeutig nachweisbar.
- Analog des europäischen Konsensusberichtes von 2015 zur Prophylaxe von Gingivitis und Parodontitis empfehlen die Autoren daher die Zungenreinigung bei diagnostizierter oraler Halitosis mit einem für den Anwender möglichst angenehmen und keinen Würgereiz verursachenden Zungenreiniger.

Literaturverzeichnis

- Herbert F. Wolf et al.: Parodontologie, Farbatlanten der Zahnmedizin 1, Herausgeber: Klaus H. Rateitschak & Herbert F. Wolf, Georg Thieme Verlag, 3. Auflage, 2003
- Zürcher, A.: "Halitosis (2): Zungenreinigung ist kariesprotektiv", in: Zahnärztliche Mitteilungen online, 9.3.2016, unter: www.zm-online.de
- Gerullis, K.: "Die Zahnbürste ist kein Schrubber - wie Zähne richtig geputzt werden", in: Ärztezeitung, 8.6.2005, unter: www.aerztezeitung.de
- Ingmar A.C. Rusch. Dissertation: Einfluss von Zungenreinigern vor einer antibakteriellen Therapie bei Multiband-Patienten auf die Rekolonisationszeit von Mutans-Streptokokken; Göttingen 2017
- Zürcher A, Filippi A: Ein neues Instrument für die professionelle Zungenreinigung. Quintessenz 67: 1–5 (2016)
- Informationskreis Mundhygiene und Ernährungsverhalten (IME): "Gut lachen mit gesunden Zähnen - Leitfaden für erfolgreiche Mundhygiene", unter: www.imeonline.de, (Abruf: 18.3.2020)
- Stiftung Warentest: "Zungenreiniger - Hilfe bei Mundgeruch" vom 30.01.2014, unter: www.test.de
- Seemann R, Duarte da Conceicao M, Filippi A, Greenman J, Lenton P, Nachnani S, Quiryren M, Roldán S, Schulze H, Sterer N, Tangerman A, Winkel EG, Yaegaki K, Rosenberg M. Halitosis management by the general dental practitioner-results of an international consensus workshop. J Breath Res. 2014;8:017101.
- Zürcher A, Filippi A. Befunde, Diagnosen und Ergebnisse einer Mundgeruch-Sprechstunde über einen Zeitraum von sieben Jahren. Schweiz Monatsschr Zahnmed. 2012;122:205-16.
- Filippi A. Halitosis. Berlin: Quintessenz; 2011.
- TONZETICH 1978, KOSTELC et al.1984, COIL & TONZETICH 1992, YAEGAKI & SANADA 1992A, SODER et al. 2000, SEEMANN 2001)
- Quiryren M, Dadamio J, Van den Velde S, De Smit M, Dekeyser C, Van Tornout M, et al. Characteristics of 2000 patients who visited a halitosis clinic. J Clin Periodontol. 2009;36(11):970-5.
- Filippi A, Zahnmedizin up2date 4 ☒ 2008
- Dr. med. dent. Deborah Deutscher Prof. Dr. med. dent. Michael J. Noack,