

# Mundduschen bei Parodontose

Obwohl Mundduschen seit den frühen 60er Jahren in den USA schnell Einzug in die tägliche, effektive Mundpflege fanden, werden sie in Deutschland eher als spielerisches Hilfsmittel zur Entfernung von Speiseresten wahrgenommen. Dabei können sie -wissenschaftlich dokumentiert- Plaque und Bakterien im Zahnzwischenraum und Zahnfleischsaum effektiv reduzieren und sind daher für den Einsatz bei einer Parodontose sehr gut geeignet.



Standgerät mit Wassertank "Airfloss®"-Handgerät

## In der Zahnzwischenraumpflege gut

Beläge auf den Zahnflächen werden zwar durch eine Munddusche nicht effektiv entfernt, im Interdentalraum konnte aber eine deutliche Reduktion des für die Parodontitis verantwortlichen [Plaque-Biofilm](#)-Komplexes gemessen werden. Insbesondere mit Verwendung von [Chlorhexidin\(CHX\)-Lösung](#) (0,06%) waren die Ergebnisse überzeugend. Da nicht alle Studien von einer guten Plaqueentfernung überzeugt sind, muss man davon ausgehen, dass [Interdentalbürsten](#) im Zahnzwischenraum die bessere Putzwirkung entfalten.

## Im Handling der Interdentalbürste und Zahnseide überlegen

Die Reinigung mit Interdentalbürsten und [Zahnseiden](#) wird hierzulande als optimale Maßnahmen im Kampf gegen die Interdentalplaque angesehen. Für viele Menschen ist die Anwendung aber beschwerlich, da sie ein hohes Maß an Geschicklichkeit und Geduld erfordert. Eine Munddusche ist dagegen fast spielerisch im Einsatz und hinterlässt ein gutes Mundgefühl. Sie ist demnach für all die Patienten besser, die sich mit Motivation, Disziplin und Geschick etwas schwerer tun.

## Vorteile einer Munddusche

- gute Zahnzwischenraumpflege (Plaquentfernung)
- leichte Entfernung von Speiseresten
- problemlose Anwendung auch für weniger geschickte Patienten
- Spülung von [Zahnfleischtaschen](#) möglich

## Nachteile einer Munddusche

- Kosten in der Anschaffung
- Platzbedarf im Bad
- Reinigung nicht so effektiv wie z.B. Interdentalbürsten

## Standgeräte mit Wassertank oder Airfloss®?

Das Sonicare Airfloss® stellt sicherlich das handlichere Gerät dar und gibt sich auch mit weniger Platz im Bad zufrieden. Effektiver für die Entfernung von Plaque und zur Behandlung einer [Zahnfleischartzündung](#) scheinen die Standgeräte mit Wassertank (z.B. Fa. Oral-B Oxyjet®, Fa. Waterpik) zu sein.

### **Fazit:**

Mundduschen sind keine Lifestyleprodukten mit medizinisch fraglichem Nutzen. Sie sind leicht in der Anwendung und nützen nachweislich bei der Zahnzwischenraumpflege und der Säuberung des Zahnfleischsaums. Für Parodontosepatienten sind sie fraglos empfehlenswert.

### Quellen:

Lang NP, Ramseier-Grossmann K. Optimal dosage of chlorhexidine digluconate in chemical plaque control when applied by the oral irrigator. J Clin Periodontol 1981; 8 (3): 189-202

Sharma NC1, Lyle DM, Qaqish JG, Schuller R. Comparison of two power interdental cleaning devices on the reduction of gingivitis J Clin Dent. 2012;23(1):22-6.

Haag D Wird die Wirksamkeit von Mundduschen unterschätzt? ZMK (29) 10/2013, S. 622-631

Bildquelle: Oral-B, Philipps