



Kariesentstehung

Karies und Zahnfleischerkrankungen gehören zu den am weitest verbreiteten chronischen Erkrankungen; 98% der Bevölkerung sind davon betroffen. Die Ursachen für die Entstehung von Zahnerkrankungen sind heute genau bekannt. Darum ist es möglich, durch gezielte Maßnahmen – die bereits im Kindesalter beginnen müssen – die Zähne gesund zu erhalten.

Karies ist eine übertragbare Erkrankung der Zähne, hervorgerufen durch den Bakterienstamm *Streptococcus mutans*. Zu viele zuckerhaltige Speisen und Getränke, schlechte Zahnpflege, sind die Hauptursachen für diese Erkrankung. Die Übertragung findet durch den Speichel statt, die Überträger der Kariesbakterien sind meist die Eltern.

Auf einem sauberen Zahn bildet sich aus Bestandteilen des Speichels innerhalb kurzer Zeit ein „Häutchen“, an dem sich Bakterien der Mundhöhle festsetzen – bakterielle Zahnbeläge entstehen. Durch die weitere Anlagerung von Nahrungsbestandteilen – vor allem Zucker -, die den Bakterien als Nahrung dienen, wachsen diese Beläge.



Säurebildende Mikroorganismen im Zahnbelag vergären jeglichen Zucker unserer Lebensmittel. Dabei entsteht Säure, der pH-Wert sinkt zwischen 5,5 und 5,2. Die Mikroorganismen entkalken den Zahnschmelz, je länger die Säure einwirkt, desto mehr Mineralstoffe (Kalzium und Phosphat) werden herausgelöst, ein „Kreidefleck“ entsteht – erst weißlich, später dunkel. Geht der Prozess weiter, dringt die Zerstörung durch den Schmelz und breitet sich in dem darunter liegenden weichen Dentin aus - bei Milchzähnen besonders schnell. Für die Entstehung von Karies ist auch die Häufigkeit der aufgenommenen Kohlehydrate und deren Verweildauer in der Mundhöhle abhängig. Mitentscheidend ist aber auch, wie oft am Tag die Entkalkung stattfindet und ob regelmäßige Besuche beim Zahnarzt oder der Zahnärztin durchgeführt werden, sowie die ausreichende Fluoridierung der Zähne.