

ZAHNFREUNDLICHE SÜSSIGKEITEN

Das „Zahnmännchen mit Schirm“ auf Verpackungen weist auf zahnfreundliche Süßigkeiten hin, die Zuckeraustauschstoffe oder Süßstoffe, aber keinen Zucker enthalten, und damit für die Zähne nicht schädlich sind. Kaugummis, Bonbons, Pfefferminzdrops und andere Produkte mit diesem Symbol sind mittlerweile weitverbreitet.

Das Logo ist ein international geschütztes Markenzeichen der Aktion zahnfreundlich e. V..

Karies entsteht, wenn niedermolekulare Kohlenhydrate – also vor allem die leicht löslichen Zucker – von den Bakterien im Zahnbelag häufig und über längere Zeit zu Säuren vergoren werden, die den Zahnschmelz immer wieder entmineralisieren, bis ein „Loch im Zahn“ entsteht. Verursacht eine Süßware – z. B. weil sie keinen Zucker, sondern Zuckerersatzstoffe enthält – keine oder nur sehr wenig Säuren, entsteht auch keine Karies.

Als zahnfreundlich werden solche Produkte gekennzeichnet, die, nach einem wissenschaftlichen Verfahren geprüft, innerhalb von 30 Minuten keinen pH-Wert unter 5,7 aufweisen und nicht weiter in das saure Milieu absinken. Die derart getesteten Produkte verursachen keine Demineralisation im Zahnschmelz, weil die Plaque Bakterien nicht zu Säure verstoffwechselt werden können. Es ist nicht möglich, Zuckerersatzstoffe in beliebigen Produkten und in unbegrenzter Menge einzusetzen.

Ihrer Anwendung sind nämlich aus technologischen Gründen Grenzen gesetzt, und außerdem ist ihre Verwendung auf bestimmte Mengen(anteile) bzw. Produktgruppen beschränkt.

Schließlich haben bestimmte Zuckerersatzstoffe, wenn sie in großen Mengen verzehrt werden, hin und wieder Wirkungen auf den Magen-Darm-Trakt wie z.B. Verkürzung der Transit-Zeit, Flatulenz (Blähungen) oder weichere Stuhlkonsistenz, im Extremfall Diarrhöen (Durchfall).

