



Probleme mit Zahnfleisch, Mundschleimhaut und Co.

„Viele meiner Anrufer haben schon alles versucht – ohne Erfolg.“

Apothekerin Anja Fischer ist Inhaberin einer Apotheke, die sich auf die Bereiche der Homöopathie und Naturheilkunde spezialisiert hat.

Die Fragen der Anrufer: Viele Fragen der Anrufer von Apothekerin Anja Fischer drehten sich um das Thema Mundtrockenheit. Diese tritt häufig als Begleiterscheinung bestimmter Medikamente oder chronischer Krankheiten auf und geht nicht selten einher mit einer Reizung der Mundschleimhaut. Auch Flechten im Mundraum bereiten offensichtlich vielen Menschen Probleme. Einige hatten auch schon mit Kamillentee-Mundspülungen experimentiert – schienen aber mit dem Ergebnis nicht zufrieden zu sein.

Der Rat der Expertin: In Fällen von Mundtrockenheit ist es wichtig, die Mundflora wieder in ein natürliches Gleichgewicht zu bringen. Dazu sollte man Mund und Rachen mehrmals am Tag spülen, damit die Mundschleimhaut regelmäßig angefeuchtet wird. Mit Kamillentee zu spülen, ist zwar schon ein guter Ansatz – bei stärkeren Beschwerden aber nicht ausreichend. Für geeigneter hält Anja Fischer Mundspülungen mit pflanzlichen Arzneimitteln. Diese sind in der Regel gut verträglich und allein durch ihre hohe Wirkstoffkonzentration deutlich effektiver als ein aufgebrühter Tee. Generell empfiehlt die Apothekerin bei Problemen im Mund- und Rachenraum kombinierte Extrakte aus Kamille und Schafgarbe. Die Echte Kamille verfügt über entzündungshemmende, wundheilungsfördernde und antibakterielle Eigenschaften. Die Gerbstoffe der Schafgarbe wirken zusätzlich blutstillend, wundschließend und schutzfilmbildend. Der adstringierende (wundzusammenziehende) Effekt der Schafgarbe schließt selbst Mikroverletzungen und verhindert sofort das Eindringen weiterer Bakterien. Außerdem aktivieren ihre Inhaltsstoffe gezielt den Stoffwechsel im Gewebe, sodass sich die Mundschleimhaut schneller regenerieren und nachhaltig ihre Abwehrkraft stärken kann.

Ihr Tipp: Kombinierte Pflanzenpräparate (z. B. Pharma Wernigerode Kamillan® mit Echter Kamille und Schafgarbe) gibt es rezeptfrei in der Apotheke. Eine solche Lösung wird in lauwarmem Wasser verdünnt und entweder als Mundspülung zur Behandlung mehrerer bzw. größerer Flächen verwendet oder gezielt mit dem Pinsel auf einzelne Wundherde aufgetragen.

„Bei Parodontose und Prothesenunverträglichkeiten gibt es durchaus pflanzliche Alternativen zu chemisch-antiseptischen Mundspülungen.“

Dr. Martin Burkhardt ist Zahnarzt und deckt in seiner Praxis das gesamte Spektrum der modernen Zahnheilkunde ab. Dies umfasst unter anderem vorbeugende Zahnheilkunde (Prophylaxe), zahnärztliche Chirurgie, Implantologie, hochwertigen Zahnersatz, Behandlung von Erkrankungen des Zahnhalteapparates (Parodontologie), Laserzahnheilkunde, Funktionsdiagnostik und -therapie sowie ästhetische Kieferorthopädie.

Die Fragen der Anrufer: Bei den Anrufern von Dr. Martin Burkhardt gab es überwiegend Fragen zu den Themen Parodontose, Druckstellen durch schlecht sitzenden Zahnersatz sowie generell zu Verletzungen der Mundschleimhaut.

Der Rat des Experten: Stomatitis, Gingivitis oder Parodontitis – entzündliche Prozesse in Mund und Rachen können für Patienten eine langwierige Angelegenheit sein. Sie lassen sich jedoch mit rein pflanzlichen Präparaten, z. B. einer Kombination aus Echter Kamille und Schafgarbe, sanft – und vor allem effektiv – behandeln. Man braucht nicht immer gleich ein chemisches Antiseptikum (z. B. mit Chlorhexidin). Echte Kamille ist entzündungshemmend, wundheilungsfördernd und antibakteriell. Schafgarbe wirkt schnell blutstillend, wundschließend und Schutzfilmbildend. Allerdings ist die Heilkraft der Schafgarbe für viele noch relativ unbekannt, obwohl diese Heilpflanze schon im 6. Jahrhundert als „Wurzel gegen Zahnschmerz“ bezeichnet wurde. Beeindruckend ist die regelrecht intelligente Wirkkraft der Schafgarben-Kamillen-Kombination: Sie erkennt „Gut und Böse“, denn ihre natürlichen Inhaltsstoffe aktivieren nur im geschädigten Gewebe den Heilungsprozess – auf die gesunde Schleimhaut hat das pflanzliche Arzneimittel keinerlei Einfluss. Im Gegenteil: diese wird zusätzlich in ihrer Schutzfunktion gestärkt.

Sein Tipp: Statt zu Antibiotika oder Chemiekeulen sollte man bei schmerzhaften Druckstellen, begleitend zu einer Parodontosebehandlung oder bei wiederkehrenden Beschwerden also lieber zu pflanzlichen Arzneikonzentraten aus der Apotheke greifen. Diese sind sehr gut verträglich, weisen keine Wechselwirkungen und nur sehr selten Nebenwirkungen auf. Außerdem beeinträchtigen Mundspülungen aus Schafgarben- und Kamillen-Extrakten weder das Geschmacksempfinden noch die Zahnfarbe. Damit eignen sich diese Präparate sowohl für eine kurzzeitige Behandlung entzündlicher Prozesse in Mund und Rachen als auch zur generellen Stärkung der Mundschleimhaut und prophylaktischen Anwendung über einen längeren Zeitraum. Allerdings sei – besonders bei schlecht heilenden (Druck-)Stellen – eine Konsultation des Zahnarztes unbedingt notwendig, um schwerwiegende Ursachen (z. B. Krebs) ausschließen zu können, betont Dr. Burkhardt.