



Noch ein Grund mit dem Rauchen aufzuhören: Rauchen schadet dem Zahnfleisch und Zähnen! Rauchen ist Gift, nicht nur für die Lunge und Gefäße, sondern eben auch für Zähne und Zahnfleisch. Neben Entzündungen, riskierst Du mit jeder Zigarette auch das Dir die Zähne eher ausfallen, und das will doch keiner, oder?

### **Gefäßverengungen**

Neben den Gefäßverengenden Eigenschaften des Rauchens, der zu einer Minderdurchblutung der Mundschleimhaut führt, sinkt auch die Abwehrkraft dem Immunsystems, Entzündungen werden dadurch wahrscheinlicher, und auch die Wahrscheinlichkeit von Zahnfleischbluten steigt.

### **Erhöhtes Risiko**

Damit steigt automatisch das Risiko, an Parodontitis zu erkranken, und zwar um das Fünf- bis Sechsfache. Wie negativ sich Tabakkonsum auf Zahnfleisch und Kiefer auswirken, belegen die Ergebnisse der jüngsten deutschen Studie zur Mundgesundheit. Danach leiden 27,1 Prozent der Raucher im Alter von 35 bis 44 Jahren an einer schweren Parodontitis.

### **Erhöhte Blutungsgefahr**

Weiteres Problem von starken Rauchern: Das Zahnfleisch von Rauchern blutet nicht so schnell, wenn es entzündet ist. Das liegt an den durch das Nikotin verengten Adern. Das Blut ist aber ein typisches Warnzeichen für Parodontitis. Fehlt es, wird das Problem nicht so schnell erkannt – weder vom Betroffenen noch vom Zahnarzt. Zudem heilen bei Rauchern Wunden wesentlich langsamer, auch solche Wunden, die durch Zahn- oder Kiefer-Operationen entstehen.

## Zahnreinigung

Umso wichtiger wird bei Rauchern eine professionelle Zahnreinigung. Das hat nicht nur optische Vorteile, Raucherzähne sehen einfach oft gelb und unschön aus, dies hat auch gesundheitliche Vorteile. Die Zähne werden besser gepflegt, das Zahnfleisch entzündet sich weniger, und Du hast eine bessere Wahrscheinlichkeit Deine Zähne zu behalten..

Naja, die beste Möglichkeit für Deine Zähne und Dein Zahnfleisch ist und bleibt aber mit dem Rauchen aufzuhören..

[zurück](#)