

# Presseinformation

Wien, 26. August 2021

## September ist Monat der Mundgesundheit: Zahnschmelz ein Leben lang: Zahnerosion lässt sich aufhalten

Rund 45 Prozent der 35-44-Jährigen sind von Zahnerosion betroffen und mit steigendem Alter erhöht sich das Risiko.<sup>1</sup> Grund genug für CP GABA mit ihrer Marke elmex® Opti-schmelz sowie der Österreichischen Gesellschaft für Parodontologie beim heutigen Pressegespräch zum Monat der Mundgesundheit über dieses wichtige Thema aufzuklären. Experten wie Univ.-Prof. Dr. Hady Haririan gaben Einblick sowie konkrete Tipps für eine optimale Mundgesundheit. Zudem wurde ein innovativer „Erosionsrechner“ vorgestellt, mit dem man sein persönliches Zahnerosions-Risiko in wenigen Minuten selbst bestimmen kann.

Ein intakter Zahnschmelz ist aus gesundheitlichen aber auch aus ästhetischen Gründen wichtig. Wenn sich dieser zum Beispiel aufgrund von säurehaltiger Ernährung abträgt, entsteht Zahnschmelzerosion: Die Zähne verlieren ihre Festigkeit und die Zahnschmelzsubstanz wird unumkehrbar zerstört. Vor allem durch veränderte Ernährungsgewohnheiten sind die Fälle von Zahnschmelzerosion in den letzten Jahren stark gestiegen. Während der Obst- und Gemüsekonsum weniger wurde, stieg der Konsum von säurehaltigen Getränken wie Limonaden oder Energy Drinks deutlich. Hinzu kommt verändertes Trinkverhalten: Das Trinken aus Ventilflaschen führt oft zu mehr Erosionen, weil die Zähne länger „umspült“ werden. Aber nicht nur äußere, sondern auch innere Faktoren wie Speichelmangel oder Magensäure, z.B. durch Sodbrennen, gefährden den Zahnschmelz.

### Was man konkret gegen Zahnschmelzabbau tun kann

Der Angriff auf den Zahnschmelz passiert schleichend und bleibt daher lange unbemerkt. Bei einer leichten Erosion verändert sich nur die Oberfläche des Zahnschmelzes. Dieser Zustand bleibt vom Betroffenen meist unbemerkt, da keine weiteren Symptome oder Beschwerden damit einhergehen und nur der Zahnarzt eine beginnende Veränderung rechtzeitig feststellen kann. Beim Fortschreiten der Zahnerosion kann die Zahnschmelzsubstanz sichtbar gemindert sein. Zudem können verstärkte Farbveränderungen und Überempfindlichkeit der Zähne die Folgen sein.

Der Leiter der wissenschaftlichen Abteilung bei CP GABA GmbH D-A-CH **Dr. Burkhard Selent** erklärt mittels eines anschaulichen Experiments, wie stark die Säurelast in Nahrungsmitteln auf die Zähne wirkt und betont: „Auch gesunde Lebensmittel enthalten Säure. Ein pH-Wert unter 4,5, wie in vielen Obstsaften oder Salatdressings auf Essigbasis (Vinaigrette), kann zu erosiven Schäden führen. Entscheidend ist die Konsumhäufigkeit und die Verweildauer im Mund.“

### Unternehmenskontakt

CP GABA GmbH  
Leopold Ungar Platz 2, Stiege 4 (3. Stock)  
1190 Wien  
[www.colgate.at](http://www.colgate.at)

### Pressekontakt

comm:unications -  
Agentur für PR, Events & Marketing  
in Kooperation mit fischerAppelt, relations  
Sabine Pöhacker  
Servitengasse 6/8, 1090 Wien  
Tel. +43 1/315 14 11-0  
[sabine.poe hacker@communications.co.at](mailto:sabine.poe hacker@communications.co.at)

<sup>1</sup>Fünfte Deutsche Mundgesundheitsstudie, 2016.

„Neben Säuren, die von außen zugeführt werden, können auch intrinsische Faktoren wie Magensäure den Zahnschmelz abbauen und das darunterliegende Dentin freilegen. Überempfindlichkeiten auf Hitze und Kälte sind die Folge, doch auch ästhetische und funktionelle Probleme können in schweren Fällen daraus resultieren. Eine Umstellung von Ernährungsgewohnheiten spielt hier eine ebenso wichtige Rolle wie die Stärkung der verbliebenen Zahnhartsubstanz gegen weitere Säureangriffe“, so Generalsekretär der Österreichischen Gesellschaft für Parodontologie **Univ.-Prof. Dr. Hady Haririan, PhD, MSc.**

Gemeinsam wurden konkrete Maßnahmen vorgestellt, um den Zahnschmelz dauerhaft zu erhalten: Neben dem regelmäßigen Zahnarztbesuch, speziell bei Schmerzempfindlichkeit, sollte man lieber Frischobst essen statt Obstsaft trinken. Kauen regt den Speichelfluss an und wirkt dem Säureangriff entgegen. Auch das Kauen von zuckerfreien Kaugummis hilft. Die schonende Mundhygiene ist ein weiterer Garant, um Zahnschmelzverlust vorzubeugen. Eine sanfte Putztechnik und die richtige Zahnpflege können das Fortschreiten von Zahnschmelzerosion aufhalten. Mit der elmex® Opti-schmelz „Tägliche Reparatur“ Zahnpasta und mit elmex® Opti-schmelz PROFESSIONAL „Versiegelung & Stärkung“ kann man Erosionen um bis zu 85 Prozent minimieren.\*

#### **Interaktiver Erosionsrechner für alle!**

Mit dem neuen digitalen Erosionsrechner von elmex® Opti-schmelz kann jeder binnen weniger Minuten sein persönliches Risiko für Zahnschmelzabbau bestimmen. Der Erosionsrechner wurde in intensiver Zusammenarbeit mit der Deutschen Gesellschaft für Präventivzahnmedizin entwickelt und wird demnächst auf [www.gesunderzahn.net](http://www.gesunderzahn.net) und [www.elmex.at](http://www.elmex.at) zu finden sein.

#### **Achtung! Diese Faktoren begünstigen Zahnerosion**

Innere Faktoren sind z.B.:

- Magensäure (z.B. durch Sodbrennen oder Essstörungen)
- Speichelmangel

Äußere Faktoren sind z.B.:

- Arznei- und Nahrungsergänzungsmittel (z.B. ASS, Vitaminpräparate)
- Säurehaltige Getränke (z.B. Softdrinks, Säfte)
- Säurehaltige Nahrungsmittel (z.B. Obst, essighaltige Dressings)

#### **Unternehmenskontakt**

CP GABA GmbH  
Leopold Ungar Platz 2, Stiege 4 (3. Stock)  
1190 Wien  
[www.colgate.at](http://www.colgate.at)

#### **Pressekontakt**

communications -  
Agentur für PR, Events & Marketing  
in Kooperation mit fischerAppelt, relations  
Sabine Pöhacker  
Servitengasse 6/8, 1090 Wien  
Tel. +43 1/315 14 11-0  
[sabine.poe hacker@communications.co.at](mailto:sabine.poe hacker@communications.co.at)

#### **Monat der Mundgesundheit: 7 konkrete Tipps für den Alltag**

1. Der Zustand der Zähne sollte regelmäßig von einem Zahnarzt untersucht werden, vor allem bei Schmerzempfindlichkeit.
2. Kontaktdauer der Zähne mit Säure reduzieren: Bei Softdrinks auf Flaschen mit Nuckelverschluss verzichten und lieber eine Portion Obst auf einmal anstatt viele kleine Häppchen über den Tag verteilt essen.
3. Keine sauren Erfrischungsgetränke vor dem Zubettgehen oder während der Nacht trinken.
4. Frischobst essen statt Obstsaft trinken. Das Kauen regt den Speichelfluss an und wirkt dem Säureangriff entgegen.
5. Empfehlenswerte Getränke sind: Wasser, Kaffee, schwarzer Tee, Kräutertee.

6. Nach dem Verzehr saurer Getränke empfiehlt sich das Spülen mit Wasser oder mit ungesüßtem Tee gleich im Anschluss – dies neutralisiert den Säureangriff.
7. Säurehaltige Getränke und Lebensmittel am besten mit kalziumreichen Produkten kombinieren: Orangensaft mit Kalziumzusatz, Salat mit Käse, Obst mit Topfen oder Joghurt.

\* Intra-Orale Remineralisierungsstudie, verglichen mit normaler Fluoridzahnpaste nach dreimaligem Zähneputzen.

#### Über CP GABA GmbH, Zweigniederlassung Österreich

Die CP GABA GmbH, Zweigniederlassung Österreich, mit Sitz in Wien, ist die österreichische Unternehmung des weltweiten Konsumgüterkonzerns Colgate-Palmolive. Das Unternehmen ist ein führender Anbieter von Mundpflegeprodukten mit dem Bestreben, die Mundgesundheit in Österreich, zu verbessern. Das Mundpflege-Produktportfolio der CP GABA GmbH, Zweigniederlassung Österreich, beinhaltet international angesehene Marken wie **Colgate®**, **elmex®**, **aronal®** und **meridol®**. Mehr Informationen unter: [www.colgate.at](http://www.colgate.at).

Der Konzern beschäftigt weltweit rund 34.200 Mitarbeiter und erwirtschaftete im Jahr 2020 einen Umsatz in Höhe von über 16,5 Milliarden US Dollar.

#### Unternehmenskontakt

CP GABA GmbH  
Leopold Ungar Platz 2, Stiege 4 (3. Stock)  
1190 Wien  
[www.colgate.at](http://www.colgate.at)

#### Pressekontakt

comm:unications -  
Agentur für PR, Events & Marketing  
in Kooperation mit fischerAppelt, relations  
Sabine Pöhacker  
Servitengasse 6/8, 1090 Wien  
Tel. +43 1/315 14 11-0  
[sabine.poe hacker@communications.co.at](mailto:sabine.poe hacker@communications.co.at)