

„Xylitol und Fluoride ergänzen sich prima“

Prävention: Antikariogene Wirkung wurde von der EFSA betätigt

Nicht ohne Grund empfehlen bereits heute die Gesundheitsministerien von Italien, Japan und Finnland die Verwendung von Xylitol (Xylit) zur aktiven Mundgesundheitsvorsorge. Auch eine wachsende Zahl nationaler europäischer Zahnarztverbände folgt dieser Empfehlung.

Was ist so besonders an dem süßen Wunder Xylitol? Sind die positiven Eigenschaften wie antikariogene Wirkung und Remineralisierung des Zahnschmelzes evidenzbasiert? Fakt ist, dass die sehr umfangreich angelegte Turku-Studie (1970 bis 1976) eine Reduktion von Karies um 85 Prozent im Vergleich zur Kontrollgruppe zeigte [1] und seitdem eine Welle immer weiterer Studien ausgelöst hat. Viele Studien unter der Schirmherrschaft der WHO bestätigen seitdem die signifikante Reduktion von Karies um 50 bis 85 Prozent [2, 3, 4].

Warum wird Xylitol immer noch kritisch hinterfragt? Eine Erklärung könnte neben fehlender Aufklärung auch ein wirtschaftlicher Faktor sein. Der Rohstoff Xylitol ist ca. 20-mal teurer in der Herstellung als herkömmlicher Haushaltszucker und auch viel teurer als andere Zuckerersatz- und Zuckeraustauschstoffe. Seine Verarbeitung ist aufwendiger, kostspieliger und daher für viele Unternehmen weniger attraktiv.

Xylitol kann im Gegensatz zu synthetischen Süßungsmitteln wie Aspartam und Acesulfam den



Hager & Werken bietet unter der Marke Miradent verschiedene Xylitol-Produkte an.

Geschmack nicht künstlich verlängern. Ausschließlich mit Xylitol gesüßte Kaugummis verlieren daher ihr natürliches Aroma nach ca. fünf Minuten, während seine Gegenspieler diese teilweise länger beibehalten können. Für die Industrie haben diese synthetisch gesüßten Kaugummis daher einen höheren Mehrwert, letztlich auf Kosten der Verbraucher. Rein medizinisch betrachtet haben zu 100 Prozent mit Xylitol gesüßte Kaugummis bereits nach fünf Minuten ihr volle Wirkung entfaltet und den durch Mahlzeiten signifikant herabgesetzten pH-Wert wieder neutralisiert.

Neben den genannten evidenzbasierten Studien zu Xylitol besteht noch weiterer Forschungsbedarf zu bisher erkannten, positiven Charakteristika des süßen Wun-

ders. Emjoo Park et al. [5] gehen zum Beispiel auf die entzündungshemmende Eigenschaft von Xylitol bei Porphyromonas gingivalis ein. Uittamo et al. [6] beschreiben die Wirkung von Xylitol auf Candida albicans und die Hemmung der karzinogenen Wirkung von Acetaldehyd in der Mundhöhle, was besonders für Raucher interessant ist.

Xylitol kann Fluorid nicht ersetzen, vielmehr ist es als sinnvolle Ergänzung der Prophylaxe zu sehen. Kritiker weisen in Verbindung mit Xylitol gerne auf die Wirksamkeit von Fluoriden hin, verkennen dabei aber, dass die beiden Stoffe sich prima ergänzen. Xylitol ist auch dann leicht zur Hand, wenn keine Zahnbürste greifbar ist. Nicht ohne Grund hat die Europäische Safety and Food Authority

(EFSA) den zu 100 Prozent mit Xylitol gesüßten Kaugummis eine hohe Wirksamkeit gegen Karies zugebilligt, die antikariogene Wirkung offiziell bestätigt [7] und eine Lebensmittel-Gesundheitsaussage (Health Claim) zugelassen.

Grundsätzlich sollten im Praxisalltag möglichst viele Produkte mit Xylitol verwendet werden; um besonders gute Ergebnisse für die Patienten zu erzielen, sollten zu 100 Prozent mit Xylitol gesüßte Kaugummis verwendet werden. Das belegen von der EFSA ausgewertete Studien. Eine aktuelle Analyse des Magazins „Öko-Test“ (Ausgabe 09/2015) hat eine Vielzahl von Kaugummis untersucht und ausschließlich die reinen Xylitol-Kaugummis mit „sehr gut“ und „gut“ bewertet, während viele Global Player mit ausreichend oder mangelhaft abgestraft wurden.

Neben Kaugummis gibt es noch viele andere Alternativen wie zum Beispiel Lutschdrops oder Xylitolpulver, das in seinen Eigenschaften und Süßkraft dem Haushaltszucker fast 1 zu 1 gleicht. Grundsätzlich wird eine gewisse Grundmenge von 5 Gramm (g) täglich empfohlen, um von den positiven Eigenschaften voll zu profitieren. Bis zu einer Menge von 50 g bei Erwachsenen und 30 g bei Kindern gilt Xylitol als gut verträglich.

Dr. med. dent. Deborah Horch, Düsseldorf

Verlosung!

Hager & Werken stellt unseren Lesern zehn Pakete mit einem bunten Mix aus Miradent-Xylitol-Produkten zusammen. Diese enthalten eine Xylitol-Drops-Schütte, eine Xylitol-Kaugummi-Schütte, das Xylitol-Pulver sowie die Aquamed-Lutschtabletten gegen Mundtrockenheit und haben einen Wert von jeweils knapp 40 Euro.

Wer die Xylitol-Produkte mit antikariogener Wirkung probieren möchte, schickt einfach eine Mail an leserservice@dzw.de, Stichwort: Miradent/Xylit. Unter allen Teilnehmern werden dann in der DZW-Redaktion die zehn Gewinner gezogen. Teilnahmeabschluss ist der 3. März 2016. Wir wünschen viel Glück!

Über die Autorin

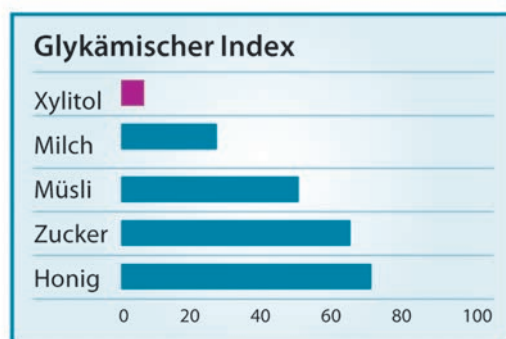


Foto: Horch

Dr. med. dent. Deborah Horch

- 2006 bis 2011 Studium der Zahnmedizin, Uni Münster
- 2012 bis 2014 Allgemein-zahnärztliche Praxis, Korschenbroich
- seit 2014 Weiterbildung zur Oralchirurgin, Klinik MKG Essen
- Abschluss Curriculum Implantologie

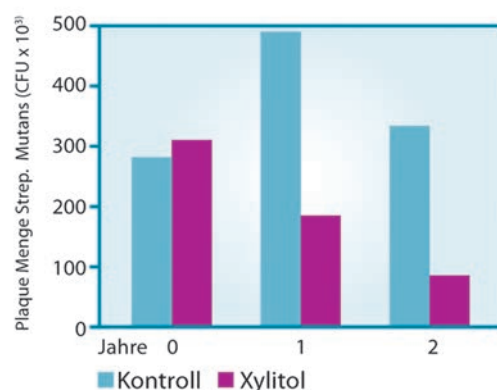
i Das Literaturverzeichnis kann unter leserservice@dzw.de angefordert werden.



Xylitol wird auch gerne von Diabetikern verwendet.

Quelle: D. Fritsche: „Diabetes: Der Ernährungskompass“, Gräfe und Unzer Verlag (2008)

Xylitol hemmt Mutans-Streptokokken



Quelle: Mäkinen KK, et al. (1989) Caries Res 23, 261-267

BPM
Berufsverband
für zahnmedizinisches
Praxismanagement e.V.

**Jetzt informieren
und schnell Mitglied werden!**

**Berufsverband für
zahnmedizinisches Praxismanagement e.V.**

Piusallee 27 · 48147 Münster
fon: 0251 | 44559 · fax: 0251 | 518201
www.bfzpm.de · info@bfzpm.de

Berufsverband für zahnmedizinisches Praxismanagement e.V.

Der Berufsverband Praxismanagement ist Deutschlands bisher einzige fachspezifische Vertretung für professionelles Management in der Zahnarztpraxis.



Dafür stehen wir:

- als unabhängige Interessenvertretung leisten wir aktiv Imagearbeit für den Berufsstand
- wir wollen Mitarbeiter im zahnmedizinischen Praxismanagement beruflich und persönlich fördern und stärken
- durch regelmäßige Berichterstattung tragen wir dazu bei, dass der Berufsstand verstärkt wahrgenommen und in seiner Entwicklung vorangetrieben wird

