

## Gesundes Zahnfleisch für ein **gesundes Herz**

### Parodontitis und kardiovaskuläre Erkrankungen sind **weltweit verbreitet**

#### Allgemeine Fakten



#### Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Weltweit 17,9 Millionen Todesfälle pro Jahr (1/3 aller Tode)  
In Europa 3,9 Millionen Todesfälle pro Jahr (45 Prozent aller Tode)

#### Prävalenz:

Weltweit sind fast **500 Millionen** Menschen von kardiovaskulären Erkrankungen betroffen (2017)



#### Parodontitis

50 Prozent der Weltbevölkerung sind von Parodontitis betroffen.

#### Prävalenz:

Weltweit sind etwa **800 Millionen** Menschen von **schweren Formen** betroffen.



Sowohl Herz-Kreislauf-Erkrankungen als auch Parodontitis zählen zu den sogenannten nicht übertragbaren Krankheiten (non-communicable diseases, NCD), d. h. Krankheiten, die nicht direkt von Mensch zu Mensch übertragbar sind.



Nicht übertragbare Krankheiten belasten das europäische Gesundheitssystem jährlich mit Kosten in Höhe von 115 Milliarden Euro.



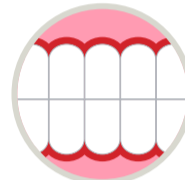
### Was Sie tun müssen

**Chronische Zahnfleischerkrankungen können einen negativen Einfluss auf kardiovaskuläre Erkrankungen haben und erfordern daher lebenslange Aufmerksamkeit und professionelle Behandlung.**

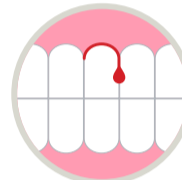
#### Anzeichen einer Zahnfleischerkrankung:

Vereinbaren Sie einen Termin bei Ihrem/ Ihrer Zahnarzt:ärztin, falls Sie eines dieser Anzeichen feststellen.

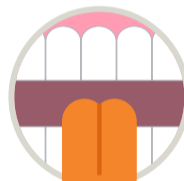
Je früher Sie zahnärztliche Hilfe aufsuchen, desto besser kann man Ihnen helfen.



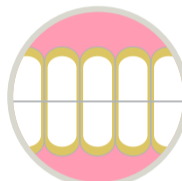
Gerötetes oder geschwollenes Zahnfleisch



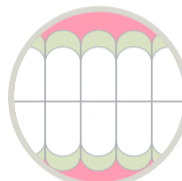
Blutendes Zahnfleisch oder Blutungen beim Zähneputzen



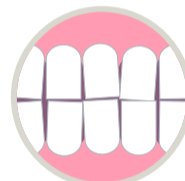
Schlechter Geschmack im Mund



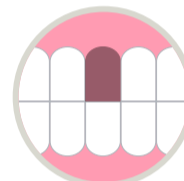
Zahnbeläge (Zahnstein) auf den Zähnen



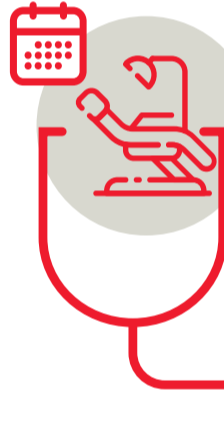
Länger erscheinende Zähne



Zunehmende Lücken zwischen den Zähnen oder Zahnbewegungen



Lockere Zähne



Gehen Sie regelmäßig zur zahnärztlichen Kontrolluntersuchung (mindestens einmal im Jahr) als Teil der Behandlung Ihrer Herz-Kreislauf-Erkrankung.



Reinigen Sie Zähne und Zahnfleisch sehr gründlich:



- Putzen Sie mindestens zweimal am Tag für mindestens zwei Minuten lang mit einer Handzahnbürste oder einer elektrischen Zahnbürste.
- Reinigen Sie die Zahnzwischenräume mit Interdentalbürsten; wenn Bürsten nicht funktionieren, kann alternativ Zahnseide nützlich sein.
- Verwenden Sie auf Anraten Ihres zahnärztlichen Teams spezielle Zahnpasten und/oder Mundspülungen mit nachgewiesener Wirkung gegen Zahnbeläge.

Informieren Sie Ihr zahnärztliches Team über die Ergebnisse Ihrer medizinischen/kardiologischen Kontrollbesuche sowie über etwaige Änderungen Ihrer Medikation.

Sie sollten Ihr zahnärztliches Team informieren, wenn Sie gerinnungshemmende Medikamente einnehmen.



### Merke

Beim Vorliegen von Herz-Kreislauf-Erkrankungen besteht ein höheres Risiko für weitere Komplikationen infolge einer Zahnfleischerkrankung.

Zahnfleischerkrankungen können ohne erkennbare Anzeichen vorhanden sein und sich verschlimmern.



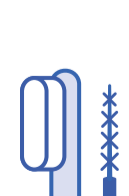
Es ist wichtig, Ihren Mund und den gesamten Körper durch regelmäßige zahnärztliche und medizinische Untersuchungen so gesund wie möglich zu halten.



### Gesundes Zahnfleisch für ein **gesundes Herz**



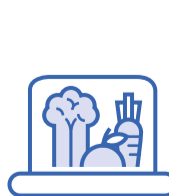
Regelmäßig Arzt:Ärztin und Zahnarzt:ärztin besuchen



Zähne zweimal täglich putzen



Aktiv bleiben, Sport treiben



Gesunde Ernährung



Nicht rauchen