

3 | 2017

# PRÄVENTION IM FOKUS

---

**MUNDSPÜLLÖSUNGEN: WAS BRINGEN ÄTHERISCHE ÖLE ?**

*Wer zusätzlich zur mechanischen Zahnreinigung mit ätherischen Ölen spült, erhöht seine Chance auf plaquefreie Zähne und gesundes Zahnfleisch, heißt es. Ist das wirklich belegt?*



Eine Sonderpublikation von

Die eine Mundspülung verspricht Hilfe bei Zahnfleischerkrankungen, die andere will bei der Kariesverhütung unterstützen, das dritte Mittel verschafft schlicht frischen Atem. Fallen Mundwasser unter die „Verordnung für kosmetische Mittel“, können Zutaten und Farbstoffe beliebig zusammengemischt werden, solange das Produkt dem Menschen nicht schadet. Was aber hilft wirklich? Das diskutieren Dr. Nicolas Rode, Kriftel, die Dentalhygienikerin Klaudia Dietrich, Laichingen, Prof. Dr. Michael Noack, Köln, und Prof. Dr. Ulrich P. Saxer.

#### EFFIZIENZ VON MUNDSPÜLLÖSUNGEN:

## Wirken ätherische Öle?

Das Indikationsspektrum von Mundspüllösungen ist breit. Mundwässer bekämpfen Mundgeruch, reduzieren Karies und schützen vor Zahnhalsüberempfindlichkeiten. Selbst bei Verfärbungen können sie helfen. Allerdings muss der Zahnarzt die auf dem Markt angebotenen Mittel, deren Anwendungs- und Wirkungsbereiche gut kennen, um adäquat beraten zu können, wie Prof. Dr. Ulrich P. Saxer, Zürich, es formulierte. Das entscheidende Kriterium dabei: Die Wirkung der jeweiligen Mundspülung müsse definitiv nachgewiesen sein, fügte Prof. Dr. Michael Noack, Köln, an, nicht nur die eines Teilparameters. Einen „relativen Gesundheitsnutzen – zum Beispiel die Wirkung der Mundspülung auf die orale Plaque und die Funktion der Biofilmkontrolle“ – hält er für zwingend notwendig. Und diese erfolgreiche Biofilmkontrolle

sei nach *Lege-artis*-Anwendung für ätherische Öle und Mundspüllösungen mit den Wirkstoffen Amin- und Zinnfluorid sowie Chlorhexidindigluconat dokumentiert, wie Dr. Nicolas Rode, Kriftel, unterstrich. Es gelte selbstverständlich stets der Grundsatz: „Erst putzen, dann spülen“, betonte die Dentalhygienikerin Klaudia Dietrich. „Das muss der Patient verinnerlichen.“

Die Compliance der Patienten, regelmäßig eine Mundspüllösung anzuwenden, ist ausgesprochen hoch, war sich die Runde einig. Zahnarzt und Dentalhygienikerin seien deshalb in der Pflicht, dem Patienten das passende Produkt zur Ergänzung einer Dreifachprophylaxe an die Hand zu geben, zum Beispiel ätherische Öle, sagte Dietrich.

Speziell die Wirkung der Mundspüllösung Listerine ist wissenschaftlich

bestens dokumentiert. Das unterstrich Noack mit Blick auf eine Metaanalyse, die 29 klinische Studien, auch bisher unveröffentlichte, miteinbezieht. Danach erreicht das tägliche Spülen mit Listerine eine fünffach bessere Quote bezogen auf Gingivitis und Plaque. 83 von 100 Patienten weisen 20% weniger Plaque auf. In diesen Studien wurden immerhin über 2500 Patienten klinisch kontrolliert untersucht. Besser kann man laut Noack die Wirksamkeit und Unbedenklichkeit nicht nachweisen (siehe Abb. 1–3 und Infokasten).

### Tiefenwirkung folgt später

Die Experten können aber durchaus auch die Argumente der Listerine-Skeptiker nachvollziehen. Denn würden ätherische Öle nur kurzfristig ein-



Klaudia Dietrich, DH B.Sc.  
Laichingen



Prof. Dr. Michael Noack  
Köln



Dr. Nicolas Rode  
Kriftel



Prof. Dr. Ulrich P. Saxer  
Zürich

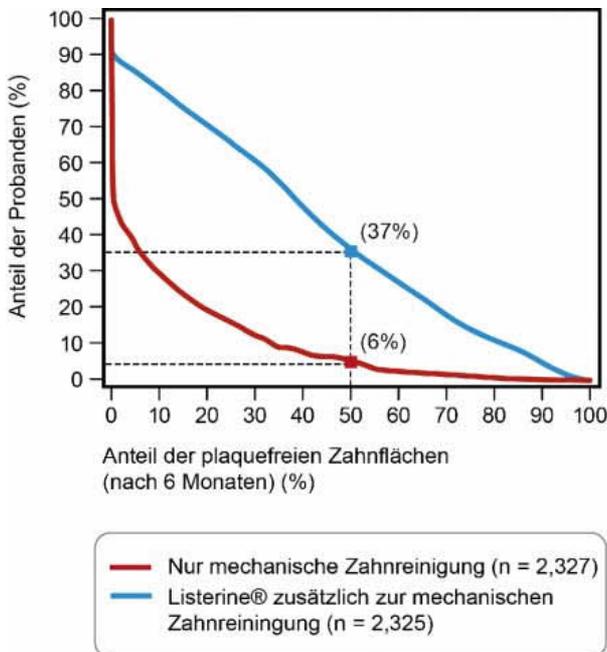


Abbildung 1: Veränderung der plaquefreien Zahnflächen, mod. nach Araujo et al.

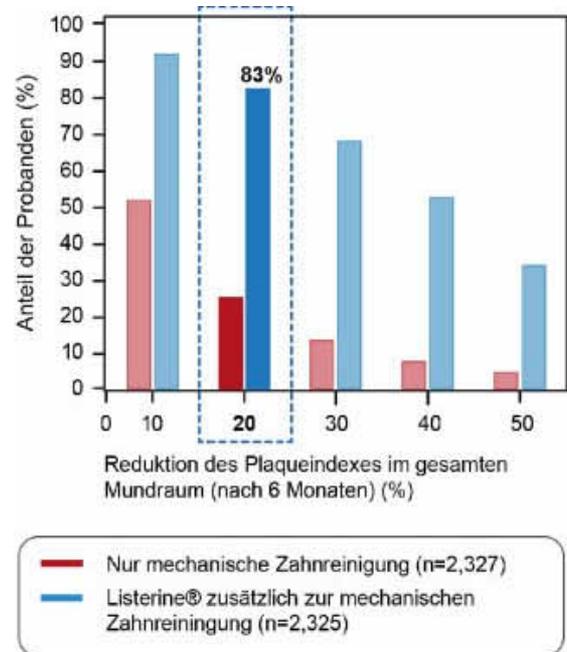


Abbildung 2: Veränderung des Plaqueindex, mod. nach Araujo et al.

gesetzt, also Tage oder Wochen, fehle die „Tiefenwirkung“ des Präparats, sagte Saxer mit Blick auf unterschiedliche Kurzstudien. In der Zweiwochenanwendung zeigten ätherische Öle im Vergleich zu CHX nur eine geringe Wirkung. Ätherische Öle halten bei Legartis-Anwendung aber definitiv den oralen Biofilm unter Kontrolle, die Tiefenwirkung setzt allerdings erst bei längerer regelmäßiger Anwendung ein, nicht nach wenigen Tagen oder Wochen. Zudem haben sie die Fähigkeit, den Biofilm auch subgingival zu durchdringen, und sind in der Langzeitbetreuung sowohl bei Parodontitis- als auch bei Implantatpatienten wirksam.

## Langzeiterfolg

Bei Zahnfleischproblemen reicht das alleinige Anwenden von Mundspüllösungen allerdings nicht aus. Nach einer

### Metaanalyse: Spülen mit ätherischen Ölen

Die Basis der Metaanalyse zur Anwendung von Mundspülungen im Rahmen der Prophylaxe mit dem Titel „Meta-analysis of the effect of an essential oil-containing mouthrinse on gingivitis and plaque“ (Marcelo W.B. Araujo et al.) bilden 29 teils veröffentlichte und teils unveröffentlichte, randomisierte, placebokontrollierte und beobachterblinde Studien mit mehr als 5000 Probanden.

Untersucht wurde bei Teilnehmern mit bestehender Plaque über einen Zeitraum von sechs Monaten der Effekt des zweimal täglichen Mundspülens mit ätherischen Ölen zusätzlich zur mechanischen Zahnreinigung. Diesen Effekt verglichen die Autoren Araujo et al. mit dem Effekt der mechanischen Zahnreinigung allein. Nach sechs Monaten wurden jeweils der Plaqueindex und die prozentuale Veränderung des Zahnbelags an allen Zahnflächen bestimmt und ausgewertet sowie das Zahnfleisch untersucht. Ergebnis: Die zusätzliche Anwendung der Mundspülung mit ätherischen Ölen ergänzend zur mechanischen Zahnreinigung führte zu einer fast achtmal höheren Chance auf plaquefreie Zahnflächen im Vergleich zur mechanischen Reinigung allein. Auch der Plaqueindex wies signifikante Unterschiede auf: Während 83% der Probanden in der Gruppe, die zusätzlich spülte, einen Rückgang des Plaqueindex um 20% erreichten, konnte dieser Effekt nur bei einem Viertel der Probanden, die ohne Spülung und lediglich mechanisch reinigten, beobachtet werden. Zudem ermöglichte die zusätzliche Verwendung der Mundspülung eine fünfmal höhere Chance, das Zahnfleisch gesund zu erhalten.<sup>1</sup>

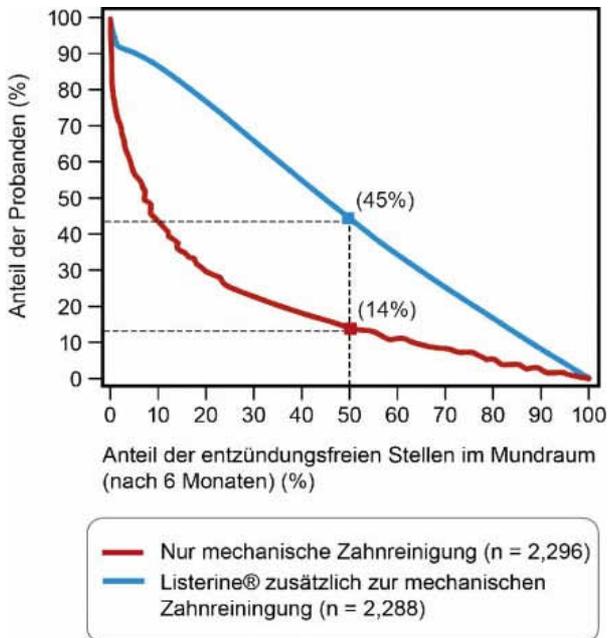


Abbildung 3: Veränderung der entzündungsfreien Stellen im Mundraum, mod. nach Araujo et al.

therapeutischen Intervention unterstützen sie aber den Langzeiterfolg.

Bei parodontalen Keimen gelten demnach wie bisher Chlorhexidinspülungen als Goldstandard, langfristig sollten aber ätherische Öle eingesetzt werden, auch wegen der Nebenwirkungen der CHX-Produkte.

Kontraindiziert sind ätherische Öle bei Allergiepateinten; bei bestimmten Patientengruppen (Kinder, Alkoholiker) sind alkoholfreie Präparate indiziert.

## Präventives Spülen

Auch ein präventives Spülen mit ätherischen Ölen mache Sinn, ergänzte Rode. Schließlich drohe bei mangelnder Biofilmkontrolle eine Entgleisung mit möglicherweise weitreichenden Folgen für das gingivale, parodontale und dentogene Gewebe. Die medizinische Relevanz des Biofilms sei abhängig von unterschiedlichen Faktoren, unter anderem von der allgemeinen Gesundheit des Patienten, der Zahnstellung, dem

Vorhandensein von Zahnersatz, der Qualität von Restaurationsrändern etc. Mangelndes Biofilmmanagement könne im äußersten Fall auch systemische Auswirkungen haben. Es gebe bekanntlich Zusammenhänge zwischen Parodontitis und neurodegenerativen Erkrankungen, Schlaganfällen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Erkrankungen des Respirationstrakts, entzündlich-rheumatischen Erkrankungen, Nierenerkrankungen und Schwangerschaftskomplikationen. Bei Betroffenen sei also stets eine besondere Biofilmkontrolle angezeigt.

## Vertriebsweg kein Gütesiegel

Ätherische Öle sollten trotz ihrer wissenschaftlich belegten Effektivität keinesfalls als medizinische Mundspüllösungen eingestuft werden, vertrat die Expertenrunde unisono. Der Patient sollte sein ihm bekanntes Mundwasser auch weiterhin problemlos überall erwerben können. Noack hält solche Einstufungen für verwir-

rend und verbraucherfern. Oft seien da juristische Aspekte wichtiger als inhaltliche: „Schließlich wirken Zahnpasten mit 1450 ppm Fluorid medizinisch, indem sie kariöse Läsionen verhindern. Trotzdem, oder besser zum Glück, werden die Zahnpasten im Supermarkt verkauft“, merkte er an. Für ihn gibt es nur „bewiesenermaßen klinisch wirksame und fraglich wirksame Produkte, wo auch immer sie im Regal liegen“.

Dazu kommt: Werden ätherische Öle als „medizinische Mundspüllösungen“ eingestuft, könnte dies suggerieren, sie reichten auch ohne vorherige mechanische Reinigung für die tägliche Zahnpflege aus, befürchtete Rode.

## Fazit

Die Einstufung von Mundspüllösungen in „medizinisch“ und „nicht medizinisch“ ist sekundär. Relevant sind die dokumentierte Wirksamkeit sowie die Empfehlung des Zahnarztes und oder der Dentalhygienikerin.

### Literatur

1. Araujo et al., *Meta-analysis of the effect of an essential oil-containing mouthrinse on gingivitis and plaque*. JADA 2015; 146(8): 610–622.

## IMPRESSUM

Verlag: Deutscher Ärzteverlag GmbH  
Dieselstraße 2, 50859 Köln  
Geschäftsführer:  
Norbert A. Froitzheim (Verleger),  
Jürgen Führer  
Telefon 02234 7011-0 (Zentrale)

Autorin: Anne Barfuß  
Titelfoto: Prof. Dr. Michael Noack  
Druckerei: L.N. Schaffrath GmbH & Co. KG  
DruckMedien, Marktweg 42, 47608 Geldern

Diese Sonderpublikation erscheint im Auftrag der Johnson & Johnson GmbH

Dieser Bericht spiegelt die persönliche und wissenschaftliche Meinung der Autorin wider und erscheint außerhalb des Verantwortungsbereichs des Deutschen Ärzteverlags.