

3. NEWSLETTER

NEUIGKEITEN AUS DER SPORTZAHNMEDIZIN

15. AUGUST 2024

Os sanum in corpore sano? oder: Kann Sport vor Parodontitis schützen?

Generalisierte Zahnfleischerkrankungen mit Verlust der zahntragenden Gewebe sind keine Seltenheit: Schwere Parodontitis gilt als weltweit sechsthäufigste Erkrankung.

Ursache – und das ist ein alter Hut – sind orale Biofilme, die im Wirtsorganismus Entzündungen hervorrufen. Wie schnell der Abbau aber vorangeht hängt von Risikofaktoren ab. Einige kennen wir sicher (Tabakrauchen, schlechte Mundhygiene, Diabetes mellitus...), weitere möglichen Faktoren wurden noch nicht gut untersucht. Sportliche Betätigung, beispielsweise, war die Hypothese einer Forschergruppe um R. Cao aus Shanghai. Sie publizierten vor gut 6 Monaten in der internationalen Fachzeitschrift BMC Sports Sci Med Rehabil eine systematische Übersichtsarbeit, die den möglichen Zusammenhang zwischen sportlicher Betätigung und der Prävalenz von Parodontitis untersuchte.

In den meisten der eingeschlossenen 26 Querschnitts- und 4 Interventionsstudien wurden recht genauere Angaben zu Häufigkeit und Intensität des Trainings gemacht, während Parodontitis durch klinische Parameter wie Taschentiefe und Entzündung des marginalen Zahnfleisches beschrieben wurde. Die Meta-Analyse aus den Studiendaten zeigt tatsächlich: Die Wahrscheinlichkeit, Parodontitis zu haben, ist bei Sporttreibenden signifikant geringer (OR = 0.886). Hypothese also bestätigt – und die Forscher schlussfolgern überschwänglich: Sportliche Bestätigung sollte als Faktor zur Kontrolle von Zahnfleischentzündungen berücksichtigt werden...

Das würde die Sportsfreunde unter den Zahnärzten freuen. Wirklich plausible Gründe gibt es dafür durchaus: Sport sensibilisiert unseren Organismus für Insulin, was das Diabetes-Risiko senkt, Bewegung ist ein bewährtes Mittel gegen Fettleibigkeit und die damit verbundene Ausschüttung von entzündungsfördernden Adiponektinen, und Sport hilft beim Stressabbau, wodurch es den Immunstatus verbessert.

Trotzdem schießt die Schlussfolgerung leider völlig übers Ziel hinaus: Das Studienergebnis zeigt zwar – und nur das kann man von einer Übersichtsarbeit erwarten – eine negative Assoziation von Sport und dem Auftreten von Parodontitis, sagt aber überhaupt nichts darüber aus, ob Sport den parodontalen Zustand wirklich verbessern kann, oder ob Parodontitis-Patienten einfach die grösseren Coach-Potatoes sind. Kurz: Es ist noch ein langer Weg von der (nachgewiesenen) Assoziation zur (ausstehenden) Kausalität, auch wenn wir in der SGSZM Sport als Mittelchen gegen Parodontitis noch so gern gesehen hätten.

Bleibt als Motivation der Spass am Sport – das steht auch bei fehlender Evidenz ausser Frage!

GET IN TOUCH

Schweizerische Gesellschaft
für Sportzahnmedizin
Corso Enrico Pestalozzi 4A
CH-6900 Lugano

info@sgszm.ch
www.sgszm.ch

Curriculum Sportzahnmedizin 2025

Das 1. Curriculum Sportzahnmedizin in der Schweiz!
Es sind noch wenige Plätze frei - Info und Anmeldung
gerne unter info@sgszm.ch