



Zähneputzen ist gut fürs Herz

Bei schlechter Zahnpflege sammeln sich die Bakterien nicht nur im Mund, sondern wandern auch ins Blut. Die Folge: Das Risiko für einen Herzinfarkt steigt.

Zähneputzen schützt vor Herzinfarkt

Regelmäßiges Zähneputzen beugt offenbar Herzattacken vor. Das geht aus einer Studie der Columbia University in New York hervor.

Demnach bergen Infektionen des Zahnfleisches das Risiko, auf die Arterien überzugreifen. Je mehr Parodontitis-Bakterien die untersuchten Personen unter dem Zahnfleisch trugen, desto stärker waren ihre Arterienwände verdickt.

Eine Verdickung der Arterienwände bedeute wiederum ein erhöhtes Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall, erläutert Moïse Desvarieux von der Universität von Minnesota in Minneapolis und der New Yorker Columbia University.

Die Resultate sprächen damit für die Jahrzehnte alte Theorie, Parodontitis-Erreger könnten in den Blutstrom übergehen und dort weiteren Schaden anrichten.

Auch die Zunge pflegen

Menschen mit hohem Risiko für Karies oder starkem Mundgeruch sollten täglich auch die Zunge reinigen, um gefährliche Bakterien abzutöten. Dafür gibt es spezielle Zungenreiniger.