



[www.glas-futter.de](http://www.glas-futter.de) - moderne Drinks, Rezepte und Tipps zur Zahngesundheit

**UNSER BERATENDER ZAHNARZT**  
**HERR DR. STEFAN SCHMIEDEL AUS KÖLN**  
gibt Ihnen nützliche Tipps rund um die Zahngesundheit



## Ist der blutige Apfel wirklich ein Anzeichen für Parodontose?

Liebe Glasfutterfreunde,

wer kennt ihn nicht, den berühmten Apfel mit den blutigen Bissspuren?

Aber was will uns das Blut am Apfel sagen?

In der Regel deutet es darauf hin, dass das Zahnfleisch entzündet ist und durch die mechanische Belastung, die der Biss in den harten Apfel bedeutet, blutet. Diese der Blutung zugrundeliegende Entzündung ist die Reaktion des Körpers auf die dauerhafte Anwesenheit von Bakterien am Randsaum zwischen den Zähnen und dem Zahnfleisch.

Ist die Entzündung am Anfang nur auf das die Zähne unmittelbar umgebende, oberflächliche Zahnfleisch begrenzt, kann sich aber bei längerem Bestehen bis weit in die Zahnfleischtaschen entlang der Zahnwurzel erstrecken und heißt dann Parodontitis, im Volksmund Parodontose. Gut ist beides nicht. Neben der Gefährdung der Zähne stellt die



[www.glas-futter.de](http://www.glas-futter.de) - **moderne Drinks, Rezepte und Tipps zur Zahngesundheit**

Parodontitis als chronische Entzündung z.B. einen Risikofaktor in der Entstehung eines Diabetes oder für das Auftreten von Frühgeburten dar.

Sollten Sie also Blut auf dem Apfel zu sehen bekommen, sollten Sie Ihren Zahnarzt darauf ansprechen. Da eine Zahnfleischentzündung aber auch weiter hinten im Mund auftreten kann, ist es sowieso ratsam, auch das Zahnfleisch regelmäßig kontrollieren zu lassen.

Ein Tipp: Die Zahnfleischentzündung und später dann die Parodontitis wird vor allem durch Bakterien zwischen den Zähnen verursacht. Reinigen Sie deshalb abends unbedingt Ihre Zahnzwischenräume mit Zahnseide oder Zahnzwischenraumbürstchen.

Euer

Dr. Stefan Schmiedel  
Zahnarzt - Köln

