

Ratgeber Sportmedizin: Leistungseinbußen durch Zahnprobleme

Ein gut trainierter Körper ist weniger anfällig für Sportverletzungen aller Art. Bei manchen Sportlern hilft aber kein noch so intensives Training: Sie leiden unter wiederkehrenden, teils chronischen Beschwerden oder erreichen nicht mehr ihr Leistungsmaximum. Schuld daran können die Zähne sein, weiß der Bochumer Zahnarzt Dr. Jörn Thiemer.

Herr Dr. Thiemer, wir lesen immer wieder von prominenten Fußballern, die chronische Beschwerden aufgrund von Zahnproblemen haben. Welche Rolle spielen die Zähne für die Gesundheit?

Dr. Thiemer: Wir wissen heute, dass entzündliche Prozesse im Mundraum weitreichende Folgen haben können. Vor allem Zahnfleischentzündungen, die unbemerkt bleiben oder chronisch werden, sind eine große Gefahr für den Körper. Zunächst einmal ist das Immunsystem permanent damit beschäftigt, gegen die Entzündung anzukämpfen. Das kostet den Körper viel Energie, die ihm dann für sportliche Höchstleistungen nicht mehr zur Verfügung steht. Zusätzlich nimmt insgesamt die Widerstandsfähigkeit des Körpers ab.

Welche Gefahren gehen denn noch von diesen Entzündungen aus?

Dr. Thiemer: Es ist mittlerweile sicher bewiesen, dass bei entzündlichen Prozessen im Mund der Entzündungsstoff aMMP-8 entsteht. Dieser kann Herzinfarkte, Schlaganfälle und Frühgeburten auslösen. Darüber hinaus verschlechtert er eine bestehende Diabetes sowie Rheuma-Erkrankungen.

Wie haben Sie in Ihrer Praxis auf diese Erkenntnisse reagiert?

Dr. Thiemer: In unserer Praxis haben wir als einer der ersten in Deutschland einen neuen Test eingeführt, mit dem sich ohne

Wartezeit entzündliche Prozesse des Zahnfleisches nachweisen lassen. Je höher der Messwert, desto weiter ist die Entzündung fortgeschritten. Liegt eine Entzündung vor, können wir mit einem zweiten Test die Entzündungsherde exakt lokalisieren, um die Behandlung zielgerichtet durchführen zu können. Der Test ist völlig schmerzfrei.

Wer sollte den Test durchführen lassen?

Dr. Thiemer: Sinnvoll ist der Test, wenn sich Veränderungen des Zahnfleisches abzeichnen – oder wenn jemand lange nicht beim Zahnarzt war. Werden dann Probleme entdeckt, kann die Entzündung mit einer gezielten Therapie rasch beseitigt werden. Wer als Sportler unter wiederkehrenden Verletzungen oder unerklärlichem Leistungsabfall leidet, sollte einen spezialisierten Zahnarzt aufsuchen und seine Zähne sowie das Zahnfleisch gründlich kontrollieren lassen.



Dr. Jörn Thiemer führt mit seinem Kollegen Dr. Jan Heermann eine spezialisierte Zahnarztpraxis in Bochum. Das zertifizierte Dental High Care Center garantiert höchste Behandlungsqualität nach internationalen Standards. Sportliche Themen sind Dr. Thiemer ein besonderes Anliegen. Er war als Linienrichter bis in die Champions League aktiv.