

Viele Ursachen

Mundgeruch - schlechter Atem oder Krankheitssymptom

Einen schlechten Atem haben wir alle mal: morgens nach dem Aufstehen, wenn wir Knoblauch oder Zwiebeln essen oder rauchen. In den meisten Fällen hilft es, zur Zahnbürste zu greifen. Rund ein Viertel aller Menschen leidet jedoch unter krankhaftem Mundgeruch.

Millionen von Mikroben (kleinste Mikroorganismen) zersetzen im Mund-Rachen-Raum angesammelte Essensreste. Dabei entstehen geruchsaktive Schwefelverbindungen, organische Säuren und Ammoniak, die Mundgeruch verursachen. Mundgeruch wird jedoch eher von anderen als von den Betroffenen wahrgenommen.

Angesprochen werden sie darauf allerdings eher selten. Dabei kann schon gründlicheres Zahnputzen und der Gebrauch von Zahnseide helfen.

Bei vielen Betroffenen liegen die Ursachen für Mundgeruch meist in der Mundhöhle selbst. Zusätzlich begünstigen vermin-

derter Speichelfluss, Rauchen aber auch emotionaler Stress oder die Einnahme bestimmter Medikamente wie Antibiotika den unangenehmen Atem. Nicht selten tritt Mundgeruch auch bei bakteriellen Entzündungen im Rachenraum (angina tonsillaris oder chronische Mandelentzündungen) auf. Eitrige Beläge oder Ablagerungen auf der Zunge können diesen verursachen. Meist erfolgt dann eine entsprechende Antibiotikatherapie, um die Krankheitsursache zu bekämpfen.

Beim krankhaften Mundgeruch, auch Halitosis (von lateinisch Halitus, Atem) genannt, verströmen die Betroffenen unangenehme Gerüche nicht nur über die Atemluft der Mundhöhle sondern auch bei geschlossenem Mund über die Nase. Mundgeruch kann aber auch bei Stoffwechsellageleistungen im Rahmen von Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit), Tumoren im Verdauungstrakt oder bei schweren Leberfunktionsstörungen auftreten.

Die Erkrankungen weisen meist einen ganz eigenen Mundgeruch auf. Bei einem gestörten Zuckerstoffwechsel können die Betroffenen unter einem süßlich bei-

ßenden Geruch leiden. Liegt ein Darmverschluss vor, kann sich Stuhl bis in den Magen zurückstauen und für einen sehr übelriechenden Geruch aus Nase und Mundraum sorgen.

Mit Hilfe eines sogenannten Halimeters (Atemmessgerät) kann der Arzt feststellen, wo die Gase letztlich wirklich herkommen. Untersuchung der Speiseröhre, Magenspiegelung oder Blutuntersuchungen können zusätzlich darüber Aufschluss geben, ob eine Erkrankung wie Diabetes oder des Magen-Darm-Traktes vorliegt. Je nachdem, wo die Geruchsquelle liegt, kann man Mundgeruch behandeln beziehungsweise vorbeugen. Bereits eine konsequent durchgeführte Mundhygiene mit Zahnputzen, Zahnseide und Zungenreinigung kann helfen.

Ein regelmäßiger Vorsorge- und Kontrolltermin beim Zahnarzt beugt Mundgeruch vor, der zum Beispiel auch durch Karies oder Zahnfleischentzündungen entstehen kann. Sollte dies alles nicht helfen, das Geruchsproblem zu bekämpfen, sollten Spezialisten wie ein HNO-Arzt oder ein Gastroenterologe hinzugezogen werden.