



Aktion zahnfreundlich e.V.
ISM 2008: Toothfriendly International
Passage 10 / 11

Der feine Unterschied: zahnfreundlich oder nur zuckerfrei?

Das „Zahnmännchen“ - Garantie für Zahnfreundlichkeit

Weil zu viel Süßes nicht nur den Zähnen sondern auch der Gesundheit und der Figur schadet, vertrauen immer mehr Verbraucher dem Wort „zuckerfrei“. Immer häufiger sehen sie allerdings auch Süßigkeiten mit dem *Zahnmännchen* und fragen sich, ob Produkte „ohne Zucker“ nicht automatisch auch zahnfreundlich sind. „Nein“, so Professor Dr. Stefan Zimmer von der Poliklinik für Zahnerhaltung und Präventive Zahnheilkunde der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf und 1. Vorsitzender der Aktion zahnfreundlich e. V. (Berlin). „Oft bedeutet *zuckerfrei* nur frei von Rohrzucker (Haushaltszucker). Die Produkte können aber durchaus Fruktose (Fruchtzucker), Glukose (Traubenzucker), Laktose (Milchzucker) oder Maltose (Malzzucker) enthalten, die letztendlich auch zu Kariesschäden führen“. Nur das *Zahnmännchen* garantiert: Für dieses zuckerfreie und säurearme Produkt wurde in exakt definierten wissenschaftlichen Prüfverfahren nachgewiesen, dass es weder Karies noch sonstige Säureschäden an den Zähnen (Erosionen) verursacht.

Gesunde Zähne sind – wie die Allgemeingesundheit – eng mit der Ernährung verbunden. Essen und Trinken kann beidem schaden, aber auch mit dazu beitragen, die Zähne gesund zu erhalten und topp fit zu bleiben. Seit 1985 zeichnet die Aktion zahnfreundlich e. V. (Berlin) Süßwaren und frei verkäufliche Arzneimittel mit dem *Zahnmännchen* aus. Die Voraussetzung dafür schaffen weltweit anerkannte wissenschaftliche Tests an zahnärztlichen Universitätsinstituten, mit denen eindeutig nachgewiesen wird, dass ein Produkt keine Zahnschäden bewirkt.

Karies: Bakterien und Zucker

„Das Naschen zuckerhaltiger Süßwaren sehen wir Zahnärzte nicht gerne, weil Zucker von bestimmten Bakterien im Zahnbelag (Plaque oder Biofilm) sofort in Säuren, vor allem Milchsäuren, umgewandelt wird. Diese Säuren schaffen poröse Stellen im Zahnschmelz, in die anschließend Bakterien aus der Plaque einwandern und so den Zahn von innen heraus zerstören“, erklärt Prof. Zimmer. Wiederholt sich der Säureangriff mehrmals täglich – z. B. durch häufige süße Zwischenmahlzeiten – bleibt für die natürliche Remineralisation durch den Speichel nicht genügend Zeit, es entstehen Löcher in den Zähnen, also Karies.

Erosionsschäden: saure Getränke und Lebensmittel

Erosionsschäden werden durch direkte Säureeinwirkung an der Zahnoberfläche u. a. durch Fruchtsäuren in Getränken und Lebensmitteln (Obst, Gemüse, Süßwaren) hervorgerufen. Erosiv wirkende Säure kann z. B. auch Zitronensäure sein, die meist als Konservierungs- und Aromastoff eingesetzt wird.

Beim Erosionstest, der für das Gütesiegel „zahnfreundlich“ unerlässlich ist, werden Nahrungsmittel auch auf saure Inhaltsstoffe geprüft. Die Säurekonzentrationen in *Zahnmännchen*-Produkten müssen so niedrig sein, dass sie keine Erosionsschäden auslösen können.

Für Rückfragen:

Prof. Dr. Stefan Zimmer
1. Vorsitzender
Heinrich-Heine-Universität, Poliklinik für
Zahnerhaltung und präventive Zahnheilkunde
Moorenstr. 5, 40225 Düsseldorf
zimmer@med.uni-duesseldorf.de

Aktion zahnfreundlich e.V.
Danckelmannstr. 9, D - 14059 Berlin
Presse: Hedi von Bergh
Tel.: 030 – 30 12 78 85
Mobil: 0171 402 36 08
presse@zahnmaennchen.de
info@zahnmaennchen.de

www.zahnmaennchen.de

Zum Download: www.zahnmaennchen.de → News / Presse