

Mundgeruch

Für Patienten



Ist Mundgeruch bedenklich?



Schlechten Atem hat jeder mal – zum Beispiel nach dem Genuss von Zwiebeln, Knoblauch oder Zigaretten. Das ist zwar unangenehm, aber kein Grund zur Sorge. Wer jedoch dauerhaft unter Mundgeruch leidet, sollte das abklären lassen. Denn dahinter kann auch eine ernsthafte Allgemeinerkrankung stecken.

In den meisten Fällen liegt die Ursache für schlecht riechenden Atem in der Mundhöhle. Erste Anlaufstelle ist deshalb die Zahnarztpraxis. In 90 Prozent der Fälle kann die Zahnärztin oder der Zahnarzt dauerhaft helfen.



Welche Ursachen kann Mundgeruch haben?

Gründe im Mundraum sind zum Beispiel:

- Beläge durch mangelnde Mund- und Zungenhygiene
- Essensreste im Mund bzw. zwischen den Zähnen
- Schlechte Prothesenpflege
- Erkrankungen im Mund wie Karies oder Parodontitis
- Trockener Mund
- Infektionen im Nasen-Rachen-Raum

Andere Gründe können etwa Atemwegsinfekte, Diabetes, Magen-Darm-Erkrankungen, bestimmte Medikamente, Hormonschwankungen oder Rauchen sein.

Mehr Infos zu den Ursachen von Mundgeruch auf der Patientenseite der BLZK

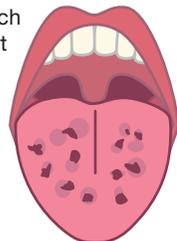
zahn.de/mundgeruch-ursachen



Wie wird Mundgeruch behandelt?

Die Behandlung richtet sich nach der Ursache des Mundgeruchs. Stecken Karies, undichte Füllungen oder überstehende Kronenränder dahinter, werden diese Defekte in der Zahnarztpraxis behoben. Schlecht gepflegter herausnehmbarer Zahnersatz wird gesäubert und – wenn nötig – neu unterfüttert. Liegt die Ursache im Bereich des Zahnhalteapparats, kann eine Parodontitistherapie helfen.

Wussten Sie, dass in der Zahnarztpraxis auch professionelle Zungenreinigungen durchgeführt werden? Der Grund: Auf der Zunge befinden sich die meisten Bakterien im Mund – und die können für Mundgeruch verantwortlich sein.



Was kann ich selbst gegen Mundgeruch tun?

- Nach dem Zähneputzen die Zunge mit einem Zungenreiniger säubern
- Regelmäßige Professionelle Zahnreinigungen, um Beläge gründlich entfernen zu lassen
- Den Speichelfluss mit zuckerfreien Kaugummis und reichlich Flüssigkeit anregen
- Folgende Faktoren vermeiden: Stress, einseitige Ernährung, Rauchen, Alkohol und wenig Trinken

Mehr Infos zur Vorbeugung von Mundgeruch auf der Patientenseite der BLZK:

zahn.de/mundgeruch-vorbeugen



Mit freundlicher Empfehlung von

(Praxisstempel)

Herausgeber

Bayerische Landes Zahnärztekammer (BLZK)
Flößergasse 1 • 81369 München • www.blzk.de • www.zahn.de

Redaktion

Bayerische Landes Zahnärztekammer (BLZK)
patienten@blzk.de

Fachliche Beratung

Prof. Dr. Christoph Benz, München

Gestaltung und Illustrationen
www.pokorny-kreativ-welten.de

Titelmotiv: www.adobe.com

© Bayerische Landes Zahnärztekammer 2025
Alle Rechte vorbehalten