

Inhalt

Vorwort — IX

Abkürzungsverzeichnis — XIII

- 1 Entdeckungsreise durch unseren Mund — 1**
 - 1.1 Unsere Zähne – Wunderwerke der Natur — 1
 - 1.2 Die Lebewesen in unserem Mund – das orale Mikrobiom — 6
 - 1.3 Unsere Zunge – eine Alleskönnerin — 9
 - 1.4 Unser Speichel – ein ganz besonderer Saft — 13

- 2 Wie wir unsere Mundhöhle gesund erhalten — 16**
 - 2.1 Die Zahnarztangst – und wie wir sie abbauen können — 16
 - 2.2 Der Kampf gegen Karies — 19
 - 2.2.1 Die Piratengeschichte — 21
 - 2.2.2 Der orale Biofilm — 22
 - 2.2.3 Kariesentstehung — 24
 - 2.2.4 Rund ums Zähneputzen — 26
 - 2.2.5 Rund um die Ernährung — 32
 - 2.2.6 Der (kleine) Beitrag des Zahnarztes/der Zahnärztin im Kampf gegen Karies — 35
 - 2.2.7 Die Pulpitis, ihre Folgen und wie man sie behandelt — 39
 - 2.2.8 Rund um den Zahnersatz — 42
 - 2.3 Der Kampf gegen Parodontitis — 45
 - 2.3.1 Entstehung der marginalen Parodontitis — 45
 - 2.3.2 Die Volkskrankheit Parodontitis — 49
 - 2.3.3 Wie erkennt und wie behandelt man Parodontitis? — 50
 - 2.4 Zur Harmonie in unserem Mund — 58
 - 2.4.1 Rund um Zahn- und Kieferfehlstellungen — 60
 - 2.4.2 Die frühkindliche Karies und ihre Folgen — 64
 - 2.4.3 Die craniomandibuläre Dysfunktion — 66
 - 2.4.4 Vorbeugung und Behandlung der craniomandibulären Dysfunktion — 70
 - 2.5 Rund um das Zahntrauma — 75
 - 2.6 Rund um unsere Mundschleimhaut — 77

- 3 Zusammenhänge zwischen Allgemein- und Mundgesundheit — 79**
 - 3.1 Diabetes und Mundgesundheit — 79
 - 3.2 Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Mundgesundheit — 86
 - 3.3 Schwangerschaft und Mundgesundheit — 90
 - 3.4 Atemwegserkrankungen und Mundgesundheit — 93

VIII — Inhalt

- 3.5 Die craniomandibuläre Dysfunktion und ihre Auswirkungen auf unseren ganzen Körper — **96**
- 3.6 Corona und Mundgesundheit: was man bis heute über die Zusammenhänge weiß — **101**

Nachwort — 107

Zum Weiterlesen und -schauen — 109

Literaturverzeichnis — 109

Dank — 113