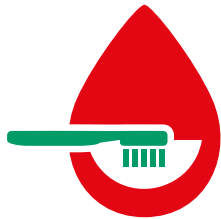


SUNSTAR



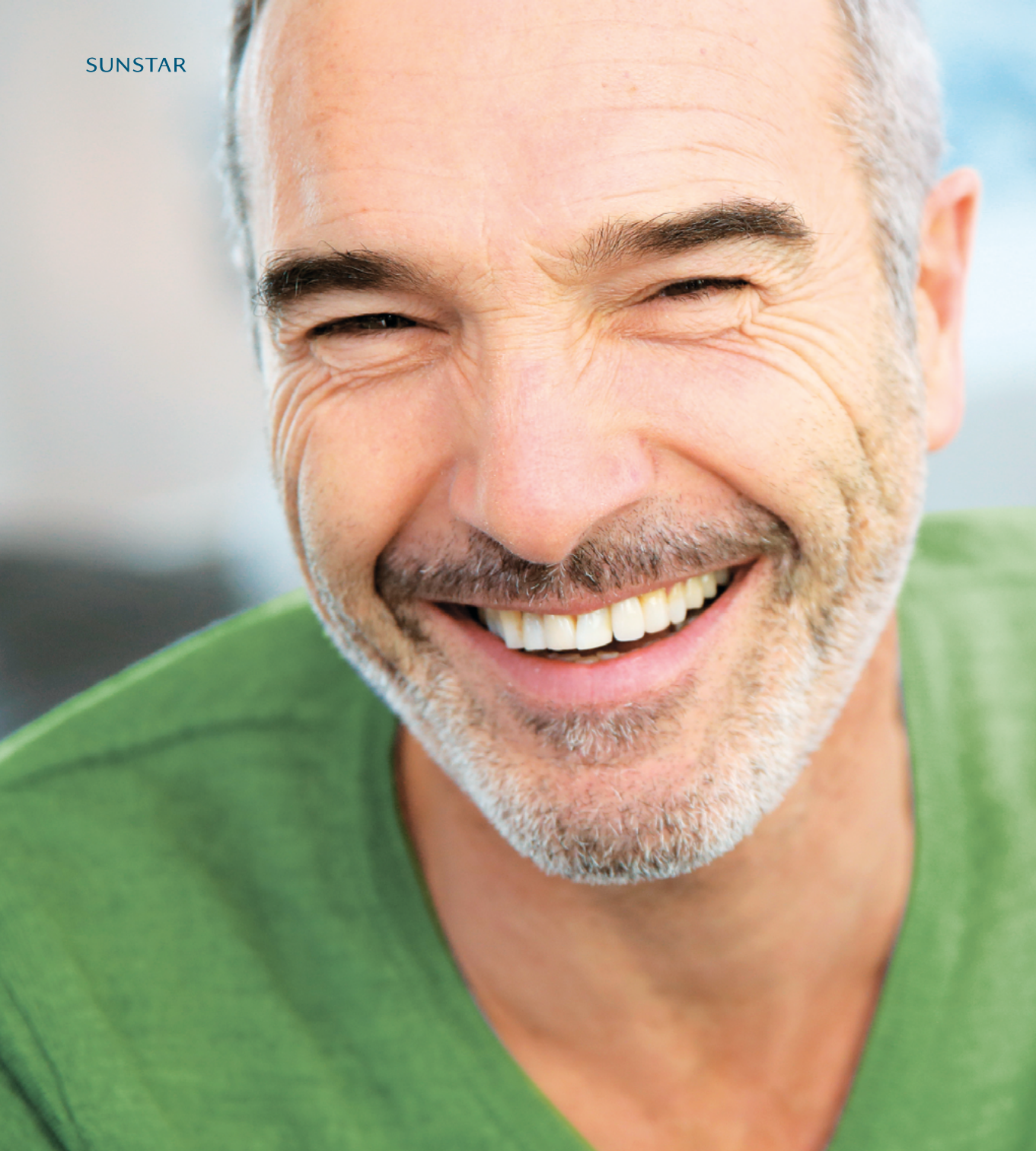
EIN GESUNDER MUND stärkt Ihr Diabetes- management



GESÜNDER LEBEN
MIT DIABETES



SUNSTAR





Wussten Sie, dass zahlreiche wissenschaftliche Untersuchungen gezeigt haben, dass Diabetes und die Mundgesundheit durch Wechselwirkungen miteinander verbunden sind?

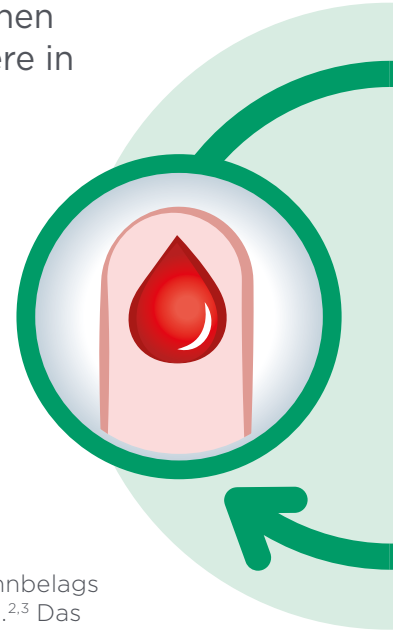
Eine schlechte Blutzuckereinstellung erhöht das Risiko für Probleme bei der Mundgesundheit, die ihrerseits wiederum zu einer schlechten Blutzuckereinstellung führen und das Risiko für diabetesbedingte Folgeerkrankungen erhöhen kann. Indem Sie sich aktiv um Ihre Mundpflege kümmern, können Sie gesünder leben - mit Ihrem Diabetes.

Diese Broschüre gibt Ihnen dazu nützliche Tipps.

MUNDGESUNDHEIT und Diabetes

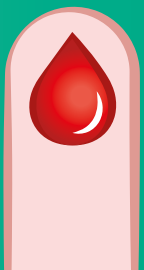
Studien belegen eine starke Wechselwirkung zwischen Diabetes und Zahnfleischerkrankungen, insbesondere in ihrer schlimmsten Form (Parodontitis)

- 1 Menschen mit Parodontitis haben:
 - Erhöhtes Risiko für eine schlechtere Blutzuckereinstellung (gilt sowohl für Typ-2-Diabetiker als auch Nicht-Diabetiker)
- 2 Erhöhtes Risiko für diabetesbedingte Folgeerkrankungen (gilt sowohl für Typ-1- als auch Typ-2-Diabetiker)
- 3 Erhöhtes Risiko für das Eintreten eines Diabetes (gilt für Nicht-Diabetiker)



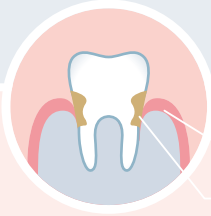
Was ist eine Zahnfleischerkrankung?

Zu einer Zahnfleischerkrankung kommt es, wenn sich Bakterien des Zahnbelags (Plaque) im Bereich des Zahnfleisches ansammeln und stark vermehren.^{2,3} Das Zahnfleisch wird gereizt, es kommt zur Entzündung, zum Zahnfleischbluten beim Zähneputzen, zu schmerzhafter Schwellung sowie Mundgeruch (Halitosis). Diabetes und Zahnfleischerkrankungen beruhen auf Entzündungen;⁴ Die systemische Entzündung bei einer Parodontitis trägt zur Entzündungsbelastung bei Menschen mit Diabetes bei.



Wie kann eine Zahnfleischerkrankung zu schlechter Blutzuckereinstellung führen?

Ein geschwächtes Zahnfleisch öffnet Tür und Tor für Bakterien im Zahnbelag (Plaque), die sich über den Blutkreislauf auch im übrigen Körper verteilen. Die Anwesenheit von Bakterien im Körper löst eine Antwort des Immunsystems aus, die die Insulinresistenz verstärkt; es wird schwieriger die Blutzuckerwerte unter Kontrolle zu halten und verschlimmert diabetische Folgeerkrankungen.^{5,6}



ENTZÜNDETES ZAHNFLEISCH

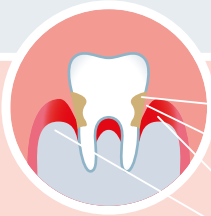
ZAHNBELAG

Leichte Zahnfleischerkrankung

GINGIVITIS

Plauebakterien siedeln sich am Zahnfleischrand an. Das Zahnfleisch ist entzündet, empfindlich und kann beim Zähneputzen/Zahnzwischenraumreinigung bluten.

50% - 90% der Weltbevölkerung ist betroffen⁷



ZAHNBELAG

TASCHE

ENTZÜNDETES ZAHNFLEISCH

KNOCHENABBAU

Fortgeschrittene Zahnfleischerkrankung

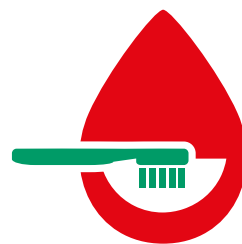
PARODONTITIS

Plauebakterien breiten sich unter dem Zahnfleischrand aus und verursachen eine schwere Entzündung. Das Zahnfleisch löst sich von den Zähnen und bildet infizierte Taschen. Im Zeitverlauf wird die Integrität des Knochens, des Zahnfleisches und des Zahnhalteapparats beeinträchtigt und es kommt unbehandelt zum Zahnverlust.

50% der Erwachsenen weltweit sind betroffen

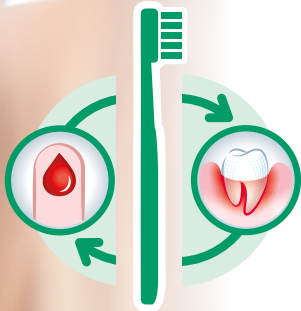
1,5 - 3 mal häufiger Personen mit Diabetes leiden 1,5- bis 3-mal häufiger unter Parodontitis⁸

SUNSTAR



GESÜNDER LEBEN
MIT DIABETES

Mundgesundheits-Management DURCHBRECHEN SIE DEN TEUFELSKREIS



Eine gute Mundgesundheit kann Ihnen helfen, den Zyklus der gegenseitigen Beeinflussung, der Zahnfleischgesundheit und Diabetes verbindet, in den Griff zu bekommen. Dazu braucht es regelmäßige Kontrolltermine beim Zahnarzt und eine gute Mundpflegeroutine.

1

Vereinbaren Sie regelmäßige Kontrolluntersuchungen bei Ihrem Zahnarzt

Ihr Zahnarzt kann Probleme frühzeitig erkennen, aber nur wenn Sie regelmäßig zur Kontrolle gehen. Gehen Sie alle 6 Monate zur Vorsorgeuntersuchung und zur professionellen Zahnreinigung zum Zahnarzt. Informieren Sie Ihren Zahnarzt bei jedem Termin über den Status Ihres Diabetes, auch über Änderungen bei Ihrem Medikamentenschema.

2

Informieren Sie Ihren Hausarzt über Ihre Mundgesundheit und stellen Sie sicher, dass Ihr Zahnarzt bei Folgeerkrankungen informiert wird.

Wenn bei Ihnen eine chirurgische Zahnbehandlung nötig ist, stellen Sie sicher, dass sich der Zahnarzt und Ihr behandelnder Hausarzt vor dem Eingriff darüber austauschen. Falls der Diabetes nicht unter Kontrolle ist, sollte diese verschoben werden, bis die Blutzuckereinstellung erreicht ist.

Mundgesundheits-Management DURCHBRECHEN SIE DEN TEUFELSKREIS

3

Betreiben Sie exzellente tägliche Mundpflege

Diabetes erfordert Ihren engagierten Einsatz für eine effektive Mundpflegeroutine. Das bedeutet: Putzen Sie dreimal täglich Ihre Zähne und nutzen Sie regelmäßig Zahnseide und Interdentalbürsten. Spülen Sie zum Abschluss mit einer Mundspüllösung.

ERGÄNZEN SIE DAS ZÄHNEPUTZEN MIT DER REINIGUNG DER ZAHNZWISCHENRÄUME, UM EINE HERAUSRAGENDE PLAQUEENTFERNUNG SICHERZUSTELLEN^{9,10}

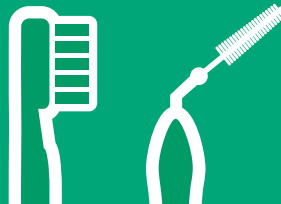
60%

NUR MIT
ZAHNBÜRSTE



85%

ZAHNBÜRSTE +
INTERDENTALBÜRSTE



Ihre tägliche Mundgesundheitsroutine IST KINDERLEICHT

1

ZÄHNEPUTZEN 3-mal täglich (nach jeder Mahlzeit). Verwenden Sie immer eine Zahnpasta mit nachgewiesener Wirksamkeit.

2

REINIGEN SIE IHRE ZAHNZWISCHENRÄUME mit Zahnseide oder Interdentalbürsten. Verwenden Sie Produkte, die Ihr Zahnfleisch schonen.

3

SPÜLEN SIE. Mit der Mundspülung können Sie schwer zugängliche Bereiche pflegen, die Sie mit der Zahnbürste eventuell nicht erreicht haben.

Beschwerden im Mundbereich bei bestehendem Diabetes



Ihr Diabetes kann zusätzliche Beschwerden im Mund verursachen, beispielsweise Mundgeruch, trockener Mund, Geschmacksstörungen, Anfälligkeit für Infektionen oder verzögerte Wundheilung.

Sprechen Sie mit Ihrem Zahnarzt, wenn Sie eines dieser Symptome oder Zahnfleischbluten feststellen – denn dies können frühe Anzeichen einer Zahnfleischerkrankung sein.

Fragen Sie Ihren Zahnarzt nach Lösungen, um diese Beschwerden zu lindern und so Ihre Lebensqualität zu verbessern

Vertrauen Sie auf die Hilfe eines SPEZIALISTEN FÜR ZAHNFLEISCHGESUNDHEIT

Bei GUM® engagieren wir uns dafür, den Menschen bei der Erhaltung eines gesunden Zahnfleisches und gesunder Zähne zu helfen. Unser Sortiment an Mundpflege-Lösungen ist an die Bedürfnisse von Menschen mit Diabetes angepasst. Unsere Lösungen haben in wissenschaftlichen Studien nachgewiesen, dass sie Plaque wirksam bekämpfen und das Zahnfleisch schützen und pflegen. Unsere ergonomisch gestalteten Zahnbürsten und Interdentalbürsten erleichtern eine exzellente Mundpflege.

Bereit für eine großartige Mundpflege? Hier ein paar praktische Tipps:



ZAHNBÜRSTE:

Wählen Sie eine Zahnbürste mit kleinem Kopf, der es Ihnen ermöglicht, effektiv entlang des Zahnfleischrands sowie in schwer zugänglichen Bereichen zu reinigen.



ZAHNPASTA UND MUNDSPÜLUNG:

Verwenden Sie eine Zahnpasta und Mundspüllösung mit plaquehemmenden Eigenschaften, z. B. GUM® PAROEX® (zur Pflege bei sensiblem Zahnfleisch) oder GUM® ActiVital® (zur Prophylaxe). Beide helfen das Zahnfleisch zu vitalisieren und zu stärken.



INTERDENTALBÜRSTEN UND / ODER ZAHNSEIDE:

Die tägliche Reinigung der Zahnzwischenräume ist eines Ihrer wichtigsten Instrumente, um ein gesundes Zahnfleisch zu erhalten. 1-2x täglich die Zahnzwischenräume mit GUM® Zahnseiden oder Interdentalbürsten reinigen (z. B. GUM® TRAV-LER®). Unterwegs können Sie GUM® SOFT-PICKS® verwenden.





30 JAHRE

Das Mundpflege-Sortiment von GUM® basiert auf 30 Jahren wissenschaftlicher Forschung durch SUNSTAR® - inspiriert durch die persönlichen Erfahrungen unseres Unternehmensgründers als Diabetiker

GUM® PAROEX®

Mundspülung und Zahnpasta:

Zur Reinigung und Pflege bei ersten Anzeichen von sensiblen Zahnfleisch und Gingivitis



✓ 2-fach antibakterielles Wirksystem

- **CHX (Chlorhexidin)**
hemmt das Wachstum und die Vermehrung der Bakterien
- **CPC (Cetylpyridiniumchlorid)**
neutralisiert entzündungsfördernde Stoffwechselprodukte der Bakterien

✓ Vitamin E, Aloe Vera und Provitamin B5

- revitalisieren das Zahnfleisch

GUM® ActiVital®

Mundspülung und Zahnpasta:

Bieten lang anhaltenden Schutz vor Plaque; stärken und vitalisieren das Zahnfleisch



✓ Antiplaque-System

- Verhindert effektiv das Anhaften der bakteriellen Plaque

✓ Mit den antioxidativ wirkenden Coenzym Q10 und Granatapfel

- Schonend für das Zahnfleisch
- Stärkt das Zahnfleisch

✓ Wirksam, aber dennoch sanft

- Ideal für die tägliche Vorsorge

GUM® TRAV-LER®

Entfernt mehr Plaque in allen Zahnzwischenräumen



✓ Einzigartige Bürste mit biegbarem Hals:

- Entfernt bis zu 25 % mehr Plaque*
- Einfache Erreichbarkeit der hinteren Backenzähne
- Borsten mit antibakteriellem Schutz
- Kann mehrmals verwendet werden
- Erhältlich in 10 Größen

✓ Ergonomischer Griff mit Schutzkappe (Griffverlängerung)

- Erleichtert exzellente Zahnreinigung

* Im Vergleich zu einem herkömmlichen Nylonfilament

GUM® SOFT-PICKS® Advanced

Für einfache und effektive Reinigung zwischen den Zähnen



✓ Weiche und flexible Gummiborsten

- Sanfte Entfernung von Speiseresten & Plaque
- Sanft massierend, für ein gesundes und festes Zahnfleisch
- Passt und gleitet einfach zwischen die Zähne

✓ Gebogene Form

- Leichte Erreichbarkeit im gesamten Mund, einschließlich der Backenzähne

✓ Ergonomisch und mit praktischem Etui für unterwegs

- Erleichtert exzellente Mundpflege über den ganzen Tag

KOMPLETTES SORTIMENT für Ihre Mundgesundheit

SUNSTAR

G·U·M[®]



TÄGLICHE PFLEGE

LANGZEITPFLEGE

ZAHN- & ZAHNFLEISCHPFLEGE

LEGEN SIE WERT AUF EXZELLENTER Mundpflege



LINDERUNG VON MUNDTROCKENHEIT



ZUR UNTERSTÜTZUNG

In Ihrer Apotheke erhältlich



ORALES GESUNDHEITS-
PROGRAMM





LITERATUR:

- 1 Borgnakke WS, Ylöstalo PV, Taylor GW, Genco RJ. Effect of periodontal disease on diabetes: systematic review of epidemiologic observational evidence. *J Periodontol* 2013; 84 (4 Suppl): S135-S152.
- 2 Salvi G, Carollo-Bittel B, Lang N. Effects of diabetes mellitus on periodontal and peri-implant conditions: update on associations and risks. *J Clin Periodontol* 2008; 35 (Suppl 8): 398-409.
- 3 Malik G, Leh G, Manjit T. Association of periodontitis with diabetes mellitus: a review. *J Med Coll Chandigarh* 2011; 1 (1): 10-4.
- 4 Mealey B, Oates T. Diabetes mellitus and periodontal diseases. *J Periodontol* 2006; 77: 1289-303.
- 5 Cheung S, Hsu W, King G, Genco R. Periodontal disease—its impact on diabetes and glycemic control, 2010. <https://aadi.joslin.org/en/Education%20Materials/99.PeriodontalDisease-ItsImpactOnDiabetesAndGlycemicControl-EN.pdf> (accessed 8 Oct 2017)
- 6 Pihlstrom B, Michalowicz B, Johnson N. Periodontal diseases. *Lancet* 2005; 366: 1809-20.
- 7 Albandar JM, Rams TE. Global epidemiology of periodontal diseases: an overview. *Periodontol* 2000 2002; 29: 7-10.
- 8 Tsai C, Hayes C, Taylor G. Glycemic control of type 2 diabetes and severe periodontal disease in the US adult population. *Community Dent Oral Epidemiol* 2002; 30: 182-92.
- 9 *The Japanese Journal of Conservative Dentistry* 48 (2): 272-277, 2005.
- 10 Slot DE1, Dörfer CE, Van der Weijden GA. The efficacy of interdental brushes on plaque and parameters of periodontal inflammation: a systematic review. *Int J Dent Hyg*. 2008 Nov;6(4):253-64.

**HEALTHY GUMS.
HEALTHY LIFE.®**