



Selbsttest – Bleibt Ihnen die Spucke weg?

Verminderte Speichelproduktion kann zu den verschiedensten Beschwerden führen, die häufig nicht gleich als Anzeichen für Mundtrockenheit wahrgenommen werden: schlechter Atem, Zungenbrennen, Karies oder Entzündungen im Mund. Falls Sie fürchten, betroffen zu sein, machen sie den Test!

- | | | |
|--|--------------------------|----------------------------|
| 1. Haben Sie das Bedürfnis, ständig etwas trinken zu müssen? | <input type="radio"/> ja | <input type="radio"/> nein |
| 2. Sind Ihre Mundwinkel oft rissig? | <input type="radio"/> ja | <input type="radio"/> nein |
| 3. Haben Sie Schwierigkeiten, trockenes Essen zu schlucken? | <input type="radio"/> ja | <input type="radio"/> nein |
| 4. Wachen Sie nachts mit trockenem Mund auf? | <input type="radio"/> ja | <input type="radio"/> nein |
| 5. Leiden Sie an schlechtem Atem? | <input type="radio"/> ja | <input type="radio"/> nein |
| 6. Leiden Sie regelmäßig an Munderkrankungen, wie z. B. Karies oder Schleimhautentzündungen? | <input type="radio"/> ja | <input type="radio"/> nein |
| 7. Leiden Sie an einer chronischen Krankheit, wie z. B. Diabetes, Sjögren Syndrom, rheumatoider Arthritis? | <input type="radio"/> ja | <input type="radio"/> nein |
| 8. Nehmen Sie täglich ein oder mehrere Medikamente ein? | <input type="radio"/> ja | <input type="radio"/> nein |

Wenn Sie zwei oder mehr Fragen mit „Ja“ beantwortet haben, könnte es sein, dass Sie an Mundtrockenheit leiden.

Speichel – 3 Fragen, 3 Antworten

1. Woher kommt der Speichel?

Dort wo der Speichel für uns arbeitet, wird er auch produziert: Nämlich in der Mundhöhle in verschiedenen kleinen Drüsen. Einige davon stellen zähflüssigen, andere dünnflüssigen Speichel her – je nachdem, was im Mund gerade gebraucht wird. Übrigens: Ohne zu essen produzieren wir rund 0,5 Liter Speichel pro Tag. Wenn wir Nahrung zu uns nehmen, können es auch mal 1,5 Liter werden.

2. Woraus besteht der Speichel?

In seiner Zusammensetzung ist Speichel höchst komplex. Zwar machen ganze 99 % reines Wasser aus, aber das restliche Prozent besteht aus vielen verschiedenen Proteinen. Eines davon ist Muzin. Es erzeugt die schleimige Konsistenz des Speichels und schützt die Schleimhaut so vor Verletzungen. Neben den über 2000 verschiedenen Proteinen lassen sich außerdem Ammoniak, Harnsäure und Harnstoff im Speichel nachweisen.

3. Was kann der Speichel?

Neben der Befeuchtung der Mundhöhle hat der Speichel noch viele weitere wichtige Funktionen: Er bildet eine schützende Barriere, die unseren Mund vor schädlichen Bakterien schützt. Durch ihn funktioniert erst das Sprechen, Kauen, Schlucken und Schmecken. Und ganz genau unter die Lupe genommen, verrät er mehr über den Menschen, als man auf den ersten Blick sieht: den genetischen Fingerabdruck, Alkohol- oder Drogenkonsum sowie Krankheiten wie z. B. HIV oder Hepatitis.

Spucke drauf! – Speichel als Wundheiler

Wahrscheinlich kennt jeder die Situation: Man schneidet sich mit dem Küchenmesser und steckt den Finger sofort in den Mund, um die Blutung zu stillen. Doch bringt das wirklich etwas? Wissenschaftler haben jetzt herausgefunden, dass Speichel tatsächlich die Wundheilung auf verschiedene Weisen fördert¹: Er enthält große Mengen an Gewebefaktor, durch den die Blutgerinnung beschleunigt wird, und ein Wachstumsfaktor unterstützt die Vermehrung von Gewebe-zellen. Die vielen Proteine im Speichel beschleunigen die Wundheilung in ihren verschiedenen Stadien: Histatine z. B. fördern den Wundverschluss.

¹ Brand HS et al. Saliva and wound healing. Monogr Oral Sci 2014; 24: 52-60