

Zusammenfassung

Auch bei Patienten in der Zahnheilkunde und Kieferorthopädie wächst das Interesse an Produkten aus der Natur. Im 1. Teil des Beitrags zu Mundgesundheit/ Mundkrankheiten (zkm 5/2012) haben die Autoren Pflanzen und gängige Präparate zur Förderung der Mundgesundheit vorgestellt. Im vorliegenden 2. Teil geben sie konkrete Tipps zur Behandlung von Mundkrankheiten und allgemeinen Beschwerden, die in Zusammenhang mit Mundkrankheiten stehen.

Mundgesundheit – Mundkrankheiten

Ganzheitsmedizinische Behandlungsmöglichkeiten zur Förderung der Mundgesundheit und bei Erkrankungen im Mund ■ Teil 2

Julia Vlachojanis, Heinz Winsauer, Christian Vlachojanis, Sigrun Chrubasik-Hausmann

Aphthen

Schmerzhafte Schleimhautgeschwüre. Ursachen: Virusinfektionen (z. B. Herpes simplex, HIV), Stress, Aphthen auslösende Stoffe wie Bestandteile von Zahnpasten, Immunschwäche, chronisch entzündliche Darmerkrankung, Autoimmunkrankheiten.

Behandlung

- Pflanzliche Mundspülungen (Tab. 1)
- Topische Therapie mit Pflanz Zubereitungen (Tab. 2)
- Ernährung (Tab. 3)
- Moderne Phytotherapie (Tab. 4)

Bruxismus (Zähneknirschen)

Unbewusstes Knirschen mit den Zähnen, sehr häufig. Ursachen: chronischer Stress. Durch das meist nächtliche, aber auch tagsüber ausgeführte Aufeinanderpressen der Zähne verschleifen die Zähne, der Zahnhalteapparat wird überlastet und zusätzlich das Kiefergelenk (sog. kranio-mandibuläre Dysfunktion; s. Beiträge S.10, 14, 20). Die Kaumuskulatur, aber auch die Muskeln der Kopfstabilisierung werden angespannt und schmerzen. Beschwerden: Schmerzen und/oder Tinnitus (Ohrgeräusch), Schwindel, Sehstörungen, Schlafstörungen, Übelkeit. Risikofaktoren: Stress bzw. Konfliktsituationen, Ängste, Tagesmüdigkeit, Schlafapnoe, Schnarchen, Alkohol, Koffein, Rauchen.

Behandlung

- **Erste Maßnahme:** Selbstbeobachtung, Anleitungen zur Selbstmassage der verspannten Muskeln, um die Beschwerden etwas zu lindern (während des Schlafes fehlt aber jegliche Kontrolle über die Aktivität des Kauorgans).
- **Moderne Phytotherapie (Tab. 4)**
- **Physiotherapie** zum Erlernen des Entspannens der Kaumuskeln
- **Psychotherapie**
- **Biofeedback:** Sonde am Kaumuskel misst die Muskelspannung, akustische Rückkopplung an den Patienten. Die Anspannung wird dadurch bewusst, ermöglicht willentliche Unterbrechung des Kauimpulses. Bei Training: Verlagerung ins Unterbewusstsein.
- **Hypnotherapie:** Verlagerung der Muskelanspannung aus dem Kiefer z. B. in die Hand oder das Erwachen bei jedem Zähneknirschen, bis die Gewohnheit verändert ist.

Esstörungen

Ursachen für Anorexie, Bulimie: Konfliktsituationen, Depressionen, Ängste. Durch häufiges Erbrechen treten an typischen Stellen innerhalb des Zahnbogens säurebedingte Schäden am Zahnschmelz auf. Aber auch durch spezielle Ernährungsgewohnheiten Essgestörter (viel saures Obst, Diätlimonaden) und oft übertriebene Mundhygiene kommt es zu einem irreversiblen Verlust der Zahnhartsubstanz. Die immer unansehnlicher werdenden Zähne belasten die Betroffenen psychisch sehr.

Behandlung

- **Nahrungsergänzungen nach dem Erbrechen:** eine Tasse (100 ml) Biotta®-Kartoffelsaft (Säurebinder) trinken [6, 7]. 2 EL Hagebuttenpulver mit Joghurt anrühren und essen, ein Stück milden Käse essen, ein Glas Milch trinken oder eine Banane essen.

Pflanzliche Mundspülungen		
Mundspülung	Rezeptur/Präparat Anwendung	Wirkung
Eibisch (Althea)	55 g Eibischblätter, 25 g Eibischwurzeln, 15 g Süßholzwurzeln, 5 g Malvenblüten. Einzeldosis: 1,5 g/Tasse (ca. 150 ml) als Aufguss	reizlindernd und antientzündlich
Ingwer-Tee, Salbei-Tee		antientzündlich, antibakteriell
Melissen-Tee		antiviral, antientzündlich
Kamillenextrakt	Kamillosan® 1 TL/Glas, mehrfach tgl.	antientzündlich, antibakteriell
Ratanhia-Tinktur	ratioSept® Mund- und Rachentinktur (50 Tr./100 ml) Weleda Ratanhia-Mundwasser (Ratanhiawurzel- und Myrrhenextrakt, Pfefferminz-, Krauseminz- und Fenchelöl, 1 Spritzer/100 ml)	antibakteriell, antientzündlich
australisches Teebaumöl	pro Löffel 3–4 Tr. mit Wasser aufgefüllt 30 sec gurgeln, 2–3-mal tgl. Tebodont® Mundspülung (1,5% Teebaumöl)	desinfizierend, antientzündlich
ätherische Öle	Salviathymol® N-Tr. (ätherische Öle aus Salbei 2 mg, Eucalyptus 2 mg, Pfefferminze 23 mg, Zimt 2 mg, Nelke 5 mg, Fenchel 10 mg, Anis 5 mg, Levomenthol 20 mg, Thymol 1 mg). 3 × 20 Tr. tgl. (= 1 g) in 1 Tasse (ca. 100 ml) lauwarmen Wassers	desinfizierend, antientzündlich, adstringierend
Persica®	patentierte Extraktmischung aus <i>Salvadora persica</i> (Zahnbürstenbaum), Pfefferminze und Schafgarbe [1]	
Ginginat®	Propolis, Grapefruitkernextrakt, Q10, Flavonoide aus EPP, Manukaöl, <i>Spilanthes oleracea</i> , Avocadoöl, Chitosan, Aloe vera, Kalzium, Zink; nach dem Zähneputzen spülen	desinfizierend, antientzündlich [2]
Grüntee-Extrakt	3 × tgl. 60 sec spülen	reduziert die Karies auslösenden Bakterien (z. B. <i>Streptococcus mutans</i>) [3]
Rosenextrakt-Lösung		antientzündlich [4]
Listerine®	nicht pflanzlich, Mischung aus 5 schleimhautreizenden Stoffen	erhöhtes Mundkrebsrisiko

Tab. 1

- **Darmpflege** zur Stärkung des Immunsystems (Tab. 5)
- **Psychotherapie**
- **Moderne Phytotherapie** (Tab. 4)

Helicobacter-pylori-Infektion

Die Besiedlung der Mundflora mit *Helicobacter pylori* kann Entzündungsrezidive im Magen-Darm-Trakt verursachen. Deshalb sollten die Bakterien konsequent behandelt werden.

Behandlung

- **Moderne Phytotherapie:** Tgl. 2 Tassen Preiselbeer-Muttersaft (100 ml) über 3 Monate trinken oder Alpinamed® Preiselbeer-Trinkgranulat 2 × 2 Sachets tgl. (schmeckt besser, hat weniger Kalorien). Preiselbeerwirkstoff verklebt die Fimbrien der Bakterien, sodass diese nicht mehr an der Schleimhaut andocken können.

Kariesprophylaxe

Behandlung

- **Mundspülungen** mit antibakteriell wirksamen pflanzlichen Zubereitungen (Tab. 1)
- **Ernährung:** Zufuhr zucker- oder säurehaltiger Speisen in großen Abständen, damit der Speichel die Säuren neutralisieren und den Zähnen Mineralien zuführen kann.

Kiefergelenksbeschwerden

Stress, Depressionen und Ängste prädisponieren zur Hyperaktivität der Kaumuskulatur. Als Folge treten Beschwerden im Kiefergelenk auf. Die damit einhergehenden Schmerzen und Schlafstörungen können die psychischen Beschwerden verstärken (s. S. 10, 14, 20).

Behandlung

- **Knirschienschiene**
- **Entspannungstherapie**
- **Moderne Phytotherapie** (Tab. 4)

Lichen ruber planus

Die Knötchenflechte (*Lichen ruber planus*) ist eine chronische Autoimmunerkrankung mit roten, juckenden Papeln an der Haut und weißen Streifen an Schleimhäuten (Präkanzerose), nicht ansteckend, manchmal sehr schmerzhaft.

Behandlung

- Obwohl die **lokale Behandlung mit Aloe vera** 0,4 ml (70%iges Konzentrat) die Schmerzen nicht mehr linderte als ein Scheinmedikament, war die Lebensqualität der Patienten unter der Aloe-Behandlung signifikant gebessert. In einer explorativen Studie unterschied sich der Heilungsverlauf unter Aloe-vera-Mundspülung nicht von der unter einer cortisonhaltigen Mundspülung [11].
- **Moderne Phytotherapie** (Tab. 4)

Mundbrennen (Glossodynie, Burning-Mouth-Syndrom)

Brennendes, schmerzhaftes Gefühl im Bereich der Zunge bzw. der Mundschleimhaut, verbunden mit Störungen des Geschmacks und der Speichelbildung.

Topische Therapie mit Pflanz Zubereitungen

Pflanzenzubereitung	Rezeptur/Präparat Anwendung	Wirkung
Pyralvex®-Lösung	4,8 mg Rhein, 50 mg Rhabarberwurzelextrakt, 10 mg Salicylsäure; 3 × tgl. auftragen	antientzündlich, adstringierend, schmerzlindernd [5]
Ratanhia-Tinktur	ratioSept® Mund- und Rachentinktur Ratanhia comp., 10 g (= 11,1 ml, u. a. 4 g Myrrhen-Tinktur, 1,2 g Ratanhia-Extrakt, geringe Mengen von Nelkenblüten-, Eukalyptus-, Lavendel-, Pfefferminz-, Salbeiöl)	unverdünnt: adstringierend, entzündungshemmend, desinfizierend
Repha-Os® Mundspray	Pfefferminzöl, Myrrhen-, Blutwurz-, Rathaniawurzelextrakt, Eukalyptusöl, Anisöl, Menthol, Nelkenöl, Eugenol, Limonen, Linalool	
Myrrhentinktur	Inspiro® Myrrhen-Tinktur „Hetterich“ unverdünnt anwenden	adstringierend, antientzündlich
Salviathymol® N	(s. Tab. 1), unverdünnt anwenden	
Gewürznelkenöl	unverdünnt	desinfizierend und schmerzlindernd (lokalanästhetisch)
australisches Teebaumöl	(s. Tab. 1), z. B. Tebodont® Gel (2%), unverdünnt anwenden	desinfizierend, antientzündlich, adstringierend
Kamillentinktur	Kamillosan® (unverdünnt) oder Kamistad® Gel (185 mg Kamillenblütenextrakt, 20 mg Lidocain-HCl, 1 g/Anwendung)	antibakteriell, entzündungshemmend
Aperisan® Mundgel	20% Salbeiextrakt	desinfizierend
Parodontal®-Mundsalbe	Extrakte aus Kamillenblüten 12 g, Salbeiblättern 12 g, Lidocain 1 g/100 g	desinfizierend, antientzündlich
Melissentinktur		antiviral, entzündungshemmend

Tab. 2

Ursache: Störung im blutbildenden System (Eisenmangelanämie, Vitamin-B₁₂-Mangel). Schlecht passende zahnärztliche Arbeiten, Klimakterium, Pilzinfektionen, Zuckerkrankheit, Hypothyreose, neurologische Erkrankung, Schlafstörungen, Ängste und Depressionen können die Beschwerden verstärken.

Behandlung

- **Kausale Therapie:** Zufuhr von Eisen (Brennnesselbrei, Gerstengraspulver, Fleisch, Fisch etc.), evtl. Zufuhr eines Eisenpräparats, Vitamin B₁₂, Floradix mit Eisen® (eisenhaltige Nahrungsergänzung mit Fruchtsäften, Kräuterausgaben, Vitamine B₁, B₂, B₆, B₁₂, Vitamin C und Pantothersäure). Optimierung der Blutzuckereinstellung (Diabetes) bzw. der Thyroxinwerte im Blut bei Schilddrüsenunterfunktion, neurologische/psychiatrische Behandlung.
- **Mundspülungen mit Eibisch,** Rezeptur s. Tab. 1, alternativ 3 g getrocknete Eibischwurzel über Nacht kalt ansetzen (stark reizlindernd)
- **spanischer Pfefferextrakt (Capsaicin) 0,02%,** zerstört die feinen Nerven der Schmerzübertragung)

Neben bakteriellen und viralen Infekten können sich auch psychische Faktoren in Beschwerden im Mund- und Kieferbereich manifestieren.

- **Hydosanta Mundspray,** das Glykoproteine aus Eriodictyon crassifolium enthält, schleimhautbefeuchtend und -schützend.
- **Leinsamen** etwa 1 h in kaltem Wasser ansetzen, absieben und die schleimige Flüssigkeit so lange wie möglich im Mund behalten, alternativ 1 EL Leinöl.
- **Moderne Phytotherapie (Tab. 4)**
- **Darmpflege** zur Stärkung des Immunsystems (Tab. 5)
- **Psychotherapie**
- **Psychiatrische Behandlung**

Mundgeruch (Malodor)

Aufgrund mangelnder Mundhygiene, von Karies, Zahnwurzelresten, Essensrückständen im Rachen, trockenem Mund, Hunger, Knoblauch- oder Alkoholgenuss, Rauchen, Entzündungen der Mundschleimhaut, des Zahnfleisches, des Zahnhalteapparats, anderen Infektionen der Mundhöhle (z. B. Pilzinfektion mit Candida albicans), Infektionen im Nasen-Rachen-Raum (z. B. Nebenhöhlenentzündung, Mandelentzündung, Schnupfen, Halsentzündung), v. a. bei Anfälligkeit für Infektionen (Immunschwäche), Störung der Darmflora, bösartigen Tumoren, Allgemeinerkrankungen (z. B. Zuckerkrankheit).

Behandlung

- **Kausale Therapie** der Grundkrankheit, sofern möglich. Sorgfältige Mundhygiene.
- **Viel Trinken,** z. B. Schwarztee (Schwarztee-Polyphenole hemmen das Wachstum der Bakterien in Zahnbelägen).
- **Gaumen-Adhäsivtabletten** mit Salbei, Echinacea und Lavendel [8]
- **Mundspülungen** mit antibakteriell wirksamen pflanzlichen Zubereitungen (Tab. 1)
- **Olivenöl** (50 ml, 2–6 Tr. ätherisches Zitronenöl zugeben).
- **Lutschen von Bonbons** mit Pfefferminzextrakt, Kaugummi mit Menthol oder Mentholpastillen (nur sehr kurzfristig wirksam). Zusatz von Magnolienrindenextrakt verstärkt die antibakterielle Wirkung.
- **Darmpflege** zur Stärkung des Immunsystems (Tab. 5)
- **Traditionelle Phytotherapie:** Ceres Urtinktur Gentiana 2 × 5–8 Tr. tgl. (regt Speichelproduktion an).
- **Moderne Phytotherapie (Tab. 4)**

Mundtrockenheit (Xerostomia)

Als Nebenwirkung verschiedener Arzneimittel (z. B. Anticholinergika, Diuretika, Psychopharmaka). Andere Ursachen: Entzündung der Speicheldrüsen, Sjögren-Syndrom/Sicca-Syndrom (Autoimmunerkrankung), Strahlentherapie bei Krebserkrankungen, fieberhafte Erkrankungen (z. B. Immunschwäche)

Ernährung	
Empfehlungen	
Zufuhr probiotischer Bakterien, z. B. <i>Lactobacillus reuteri</i> .	
Trinken von Milch oder Essen von Käse mit <i>Lactobacillus rhamnosus</i> .	
Auf scharf gewürzte Speisen, Saures oder Knuspriges verzichten.	
Keine harten Brotrinden, Knäckebrot, Biskuits oder Obstprodukte, die die Schleimhaut reizen könnten.	
Hohe Fruchtsäuregehalte (z. B. Johannisbeeren, Orangen, Grapefruit, Rhabarber, Tomaten) meiden.	

Tab. 3

Phytotherapie mit Präparaten, deren Wirksamkeit in klinischen Studien geprüft wurde	
Beschwerden	Phytotherapeutika
nervöse Störungen und Stress	Spezialextrakt aus Baldrianwurzel, Pestwurzwurzel, Passionsblumen- und Melissenkraut, z. B. Zeller Entspannung oder Relaxane®, 3×1 Tbl. tgl.
Schlafstörungen	Spezialextrakt aus Baldrianwurzel und Hopfenzapfen, z. B. Zeller Schlaf forte oder Redormin® 500 abends 1 Tbl. vor dem Schlafengehen
Depressionen und Ängste	hyperforinformer Spezialextrakt aus Johanniskraut, z. B. Remotiv® 500 oder Rebalance® abends vor dem Schlafengehen, nach 2 Wochen Wirkungseintritt, volle Wirksamkeit nach 6 Wochen erreicht
klimakterische Beschwerden	Spezialextrakt aus der Silbertraubenkerzenwurzel, z. B. Cimifemin® neo, Cimifemin® uno oder Cimifemin® forte (13 mg, doppelte Dosierung bei starken Beschwerden), 1 Tbl. tgl. Spezialextrakt aus Mönchspfefferfrüchten, z. B. Prefemin® oder PreMens®, 3×5 Tbl. tgl.
virale und bakterielle Infektionen	Aronia-Muttersaft (antiviral und antibakteriell) Spezialextrakt aus der Pellargonium-sidooides-Wurzel z. B. Kaloba® oder Umckaloabo®, 3×30 Tr. tgl. (antiviral)
Schmerzen	Spezialextrakt aus der Weidenrinde, z. B. Assalix® (akut 2–3 Drg., maximal 3×3 Drg. tgl.)

Tab. 4

Darmpflege mit probiotischen Bakterien zur Stärkung des Immunsystems	
Probiotische Bakterien	Präparat/Anwendung
Escherichia coli	Mutaflor®, 4 Tage 1 Kaps., danach 2 Kaps. tgl.
Streptococcus faecalis	Prosymbioflor®, 1 EL ½ Stunde vor dem Frühstück
Lactobacillen	probiotische Joghurts oder Symbiolact® (enthält <i>Lactobacillus acidophilus</i> , <i>Lactobacillus paracasei</i> , <i>Lactobacillus actis</i> , <i>Bifidobacterium bifidum</i> , <i>Bifidobacterium lactis</i> , <i>Lactobacillus salvarius</i>)
Sacharomyces-Arten	oder tgl. 2 EL Hagebuttenpulver in Joghurt einrühren (dazu viel trinken, bei Durchfallneigung wenig Flüssigkeit zuführen), im Hagebuttenmilieu vermehren sich die probiotischen Bakterien [12] oder 2 EL Leinsamen in Joghurt einrühren (dazu viel trinken, bei Durchfallneigung wenig Flüssigkeit zuführen, wirkt desinfizierend)

Tab. 5

Behandlung

- **Kausale Therapie:** Therapieumstellung (wenn die Mundtrockenheit durch Medikamente hervorgerufen wird), Behandlung der Speicheldrüsenentzündung.
- **Mundspülungen mit Eibisch,** Rezeptur s. Tab. 1, alternativ 3 g getrocknete **Eibischwurzel** über Nacht kalt ansetzen (stark reizlindernd)
- **Hydosanta Mundspray**
- **Leinsamen** s. Mundbrennen
- **Lutschen von Bonbons** mit **Anethol, Fenchon, Cineol, Menthol**, etc.
- **Darmpflege** zur Stärkung des Immunsystems (Tab. 5)
- **Traditionelle Phytotherapie:** Ceres Urtinktur Gentiana 2×5–8 Tr. tgl. (regt Speichelproduktion an), Extrakt aus der Wurzel von **Salvadora persica** (stimuliert Sekretion der Ohrspeicheldrüse), Zubereitungen aus **Ingwer** (vermehrte Speichelproduktion).
- **Moderne Phytotherapie** (Tab. 4)

Mundschleimhautentzündung (Gingivitis)

Meist bakteriell verursachte Entzündung der Schleimhaut um die Zähne (Gingiva). Ursache: krankmachende Keime im Zahnbelag, nicht schmerzhaft.

Behandlung

- **Kausale Therapie:** sorgfältige Mundhygiene
- **Mundspülungen** mit antibakteriellen und antientzündlichen pflanzlichen Zubereitungen (Tab. 1)
- **Ernährung** (Tab. 3)
- **Darmpflege** zur Stärkung des Immunsystems (Tab. 5)
- **Moderne Phytotherapie** (Tab. 4)
- **Polyphenolhaltige Säfte** (Muttersäfte aus schwarzen Beeren, z. B. 1 Tasse (100 ml) **Aronia-Muttersaft** tgl.)
- **Propolis** 500 mg tgl. [9, 10]

Mundsoor (Candida-Infektion)

Hefepilz-Infektion der Mundschleimhaut und Zunge bei gestörter Mundflora, später entzünden sich die betroffenen Stellen und schmerzen.

Behandlung

- **Einpinseln** mit antibakteriell wirksamen pflanzlichen Zubereitungen (Tab. 1)
- **Darmpflege** zur Stärkung des Immunsystems (Tab. 5)
- **Ernährung** (Tab. 3)
- **Moderne Phytotherapie** (Tab. 4)
- **Aroniasaft, Propolis** siehe Gingivitis

Parodontitis (Entzündung des Zahnhalteapparats)

Bakterielle Entzündung mit Zerstörung des Zahnhalteapparats. Ursache: pathogene Keime, v. a. bei Immunschwäche, z. B. Infektion mit dem Herpesvirus Epstein-Barr, Rauchen, Alkohol, Stress, ungesunde Ernährung, Übergewicht, rheumatoide Arthritis, Diabetes, Lebenspartner mit Parodontitis, Schwangerschaft.

Parodontitis selbst ist ein Risikofaktor für die Entstehung von Arteriosklerose, Herz-Kreislauf-Erkrankungen (inkl. Herzinfarkt und Schlaganfall), Thrombose, untergewichtigen Frühgeburten, Verschlechterung der Zuckerwerte bei Diabetes mellitus, Rheumaschüben, chronische Lungenerkrankungen, etc., weshalb die Behandlung

der Parodontitis von enormer Bedeutung für die allgemeine Gesundheit ist.

Behandlung

- **Kausale Therapie:** sorgfältige Mundhygiene
- **Mundspülungen** mit antibakteriell wirksamen Pflanz Zubereitungen (Tab. 1)
- **Lokales Einbringen** von Pflanz Zubereitungen in die Zahntaschen (Tab. 2)
- **Darmpflege** zur Stärkung des Immunsystems (Tab. 5)
- **Ernährung** (Tab. 3)
- **Moderne Phytotherapie** (Tab. 4)
- **Aroniasaft, Propolis** s. Gingivitis

Pemphigus vulgaris

Blasenbildende Autoimmunkrankheit, beginnt meist an der Mundschleimhaut, die aufgeplatzten Bläschen bluten leicht und werden zu schmerzhaften Schleimhautveränderungen. Später auch auf der Haut Blasen, die Schleimhautveränderungen verkrusten. Auslöser: Medikamente, Viren, UV-Strahlen.

Behandlung

- **Moderne Phytotherapie** (Tab. 4)

Zahnextraktionen

Nach Zahnextraktionen werden im Allgemeinen keine synthetischen Entzündungshemmer verordnet, die schwerwiegende unerwünschte Wirkungen auslösen können.

Behandlung

- **Moderne Phytotherapie:** Der Entzündungshemmer Weidenrindeextrakt beeinflusst die Gerinnung nur minimal. Es empfiehlt sich, schon 2 Tage vor dem Eingriff eine Tagesdosis mit 360 mg Salicin einzunehmen und nach dem Eingriff noch weitere 3 Tage. Die Schwellung des Gesichts wird durch den Extrakt nicht beeinflusst, wohl aber die Schmerzen. ■

Interessenkonflikt: Die Autoren erklären, dass keine wirtschaftlichen oder persönlichen Verbindungen bestehen.

Online zu finden unter

<http://dx.doi.org/10.1055/s-0033-1360735>

Literatur

- 1 Khalessi AM, Pack AR, Thomson WM, Tompkins GR. An in vivo study of the plaque control efficacy of Persica: a commercially available herbal mouthwash containing extracts of *Salvadora persica*. *Int Dent J* 2004; 54 (5): 279–283
- 2 Mouhyi J, Del Corso M, Hippolyte MP, Sammartino G, Dohan Ehrenfest DM. [Mouthwash solutions containing microencapsulated natural extracts: Clinical results on dental plaque and gingivitis]. [Article in French]. *Rev Stomatol Chir Maxillofac* 2010; 111 (3): 144–147
- 3 Araghizadeh A, Kohanteb J, Fani MM. Inhibitory activity of green tea (*Camellia sinensis*) extract on some clinically isolated cariogenic and periodontopathic bacteria. *Med Princ Pract* 2013; 22 (4): 368–372
- 4 Hoseinpour H, Peel SA, Rakhshandeh H et al. Evaluation of *Rosa damascena* mouthwash in the treatment of recurrent aphthous stomatitis: a randomized, double-blinded, placebo-controlled clinical trial. *Quintessence Int* 2011; 42 (6): 483–491
- 5 Schöll C. Pyralvex bei Mundschleimhautentzündungen? Im Internet: <http://gesundheit.germanblogs.de/archive/2010/07/09/pyralvex-bei-mundschleimhautentzuendungen.htm>. Stand: 10.10.2013
- 6 Chrubasik S, Chrubasik C, Torda T, Madisch A. Efficacy and tolerability of potato juice in dyspeptic patients: a pilot study. *Phytomedicine* 2006; 13 (1–2): 11–15
- 7 Chrubasik S, Boyko T, Filippov Y, Torda T. Further evidence on the effectiveness of potato juice in dyspeptic complaints. *Phytomedicine* 2006; 13 (8): 596–597
- 8 Sterer N, Nuas S, Mizrahi B et al. Oral malodor reduction by a palatal mucoadhesive tablet containing herbal formulation. *J Dent* 2008; 36 (7): 535–539
- 9 Samet N, Laurent C, Susarla SM, Samet-Rubinsteen N. The effect of bee propolis on recurrent aphthous stomatitis: a pilot study. *Clin Oral Investig* 2007; 11 (2): 143–147
- 10 Martínez Silveira G, Gou Godoy A, Oña Torriente R, Palmer Ortiz MC, Falcón Cuéllar MA. [Preliminary study of the effects of propolis in the treatment of chronic gingivitis and oral ulceration]. [Article in Spanish]. *Rev Cubana Estomatol* 1988; 25 (3): 36–44
- 11 Mansourian A, Momen-Heravi F, Saheb-Jamee M, Esfehiani M, Khalilzadeh O, Momen-Beitollahi J. Comparison of aloe vera mouthwash with triamcinolone acetonide 0.1% on oral lichen planus: a randomized double-blinded clinical trial. *Am J Med Sci* 2011; 342: 447–451
- 12 Johansson ML, Nobaek S, Berggren A et al. Survival of *Lactobacillus plantarum* DSM 9843 (299v), and effect on the short-chain fatty acid content of faeces after ingestion of a rose-hip drink with fermented oats. *Int J Food Microbiol* 1998; 42: 29–38



Prof. Dr. Sigrun Chrubasik-Hausmann

Institut für Rechtsmedizin

Universität Freiburg

Albertstr. 9

79104 Freiburg

sigrun.chrubasik@klinikum.uni-freiburg.de

Sigrun Chrubasik ist Fachärztin für Allgemeinmedizin mit den Zusatzbezeichnungen Naturheilverfahren, spezielle Schmerztherapie, ärztliches Qualitätsmanagement. Seit 1999 Honorarprofessur an der Sydney University, Department of Pharmacy, Sydney, Australien; seit 2008 Gastprofessur an der Hebrew University, Department of Pharmacy, Jerusalem, Israel. Ab 1976 Facharzt-Weiterbildungen in Allgemeinmedizin, Innerer Medizin und Pharmazeutischer Biologie an den Universitäten Heidelberg, Erlangen und Ulm. Seit 1999 Research-Koordinatorin des Schwerpunkts „Pflanzliche Drogen“ im Institut für Rechtsmedizin der Universität Freiburg i.Br. 2013 Habilitation an der Universität Freiburg, Erhalt des NATUM Forschungspreis für Komplementärmedizin 2013. Seit 2011 gelegentliche ärztliche Tätigkeit im Medizinischen Zentrum, Bad Ragaz/Schweiz. Mitglied im Review-Board verschiedener wissenschaftlicher Zeitschriften, etwa 200 Publikationen, 6 Bücher, 3 Preise für die wissenschaftliche Arbeit.