

Der Speichel

Von den drei großen und mehreren kleinen Speicheldrüsen wird täglich zwischen einem und eineinhalb Liter Speichel erzeugt.

Unser Speichel kann dank seiner chemischen Inhaltsstoffe vielfältige Aufgaben erfüllen.

Speichel besteht zwar zu 99 Prozent aus Wasser. Aber er enthält auch Mineralsalze (v.a. Natrium, Kalium, Chlor) und Enzyme, die bewirken, dass die Verdauung von stärkehaltigen Lebensmitteln - wie zum Beispiel Brot - bereits in der Mundhöhle beginnt.

Schleimstoffe und andere Substanzen befeuchten die Nahrung, machen die zerkleinerten Nahrungsbrocken gleitfähig, damit sie leicht durch die Speiseröhre rutschen können. Der Speichel hilft uns also bei unseren Kau- und Schluckbewegungen und - indem er die empfindliche Schleimhaut der Mundhöhle ständig feucht hält - auch bei den Bewegungen beim Sprechen.

Je nach Beschaffenheit der Nahrung ändert sich auch die Zusammensetzung des Speichels. Er ist mal dick- und mal dünnflüssiger. Wird der Speichelfluss durch Kauen angeregt, so enthält dieser mehr Mineralien, als der Ruhespeichel.

Speichel enthält auch Blutgruppensubstanzen. Deshalb kann man z. B. durch eine Speichelprobe die Blutgruppe bestimmen.

Speichel enthält ebenso antimikrobiell wirksame Stoffe, die Bakterien und Viren abwehren können und so im Mund die erste Barriere gegen Krankheitserreger bilden. Das dient u.a. dem Schutz vor Karies.

Aber der Speichel vernichtet nicht nur einen Teil der Krankheitserreger, die in die Mundhöhle gelangen. Er neutralisiert ebenso die Säuren, die nach dem Essen und Trinken von zahnschädigenden Bakterien gebildet werden. Der Speichel verdünnt diese Säuren und baut sie ab.

Damit nicht genug: Speichel fördert außerdem die Wiedereingliederung (Remineralisation) zahnhärtender Mineralien in den Zahnschmelz und wirkt damit der Entstehung von Karies entgegen.

Unser Speichel erledigt also viele unverzichtbare Dinge für unsere Gesundheit, ohne dass wir ihn eigentlich bewusst wahrnehmen.

Erst wenn der Speichelfluss ausbleibt, merken wir, dass etwas fehlt. Der Mund wird unangenehm trocken, die Zunge klebt am Gaumen. In schlimmen Fällen kann der Mangel sogar das Kauen, Schlucken, Schmecken und den Schlaf beeinträchtigen.

Nach starken Flüssigkeitsverlusten (z.B. durch Schwitzen, Fieber, Durchfall, Erbrechen) kann es manchmal vorübergehend zu Mundtrockenheit kommen, ebenso bei Menschen, die allgemein zu wenig trinken. Auch vermehrter Stress oder Aufregung kann zu verminderter Speichelproduktion führen. (Volkmund: „ mir bleibt die Spucke weg !“). In diesen Fällen soll der Verlust mithilfe von mineralisalzhaltige Getränken ersetzt werden.

Mundtrockenheit ist manchmal aber einfach eine Nebenwirkung von bestimmten Medikamenten (z.B. Cortison, Betablocker, Psychopharmaka). Sie kann auch Folge von einer Strahlenbehandlung im Kopfbereich sein oder im Zuge einer Chemotherapie auftreten . Krankheiten wie z.B. Diabetes oder Rheumatische Erkrankungen, und Veränderungen der Speicheldrüsen bei einer bestimmten Autoimmunerkrankung können ebenso Auslöser dafür sein.

Künstlicher Speichel in Form von Mundsprays sowie die Therapie mit speziellen Medikamenten kann den Betroffenen hier Erleichterung verschaffen.

