



FAKTAKOLLEN



Kan tandtråd förebygga demens?

TEXT: MARTIN KÄLLSTRÖM | FOTO: DAILY MAIL UK

I en artikel i Daily Mail berättar 5:2-dietens fader Michael Mosley att han använder tandtråd för att förebygga demens. "Min förkärlek till att flossa har fått en skjuts av nya studier som förslår att det inte bara är bra för tandkött och hjärta, utan även kan minska risken att drabbas av demens", skriver han. Men hänger munhygien verkligen ihop med kognitiva funktioner?

Ja, det finns flera bevis för att munbakterier inte bara kan leda till inflammationer och tandlossning, utan även kan sprida sig till resten av kroppen, som hjärtat men även till hjärnan. De senaste åren har det publicerats en del studier som stöder att det kan finnas ett samband mellan munhygien och demenssjukdomen Alzheimer.

I en annan studie har svenska forskare undersökt förekomsten av parodontit, samlingsnamnet för inflammationssjukdomar som kan orsaka tandlossning, hos alzheimerpatienter

och friska deltagare. Studien visade bland annat att personer med kognitiv nedsättning har tre gånger så hög risk att ha karies än friska personer, och att alzheimerpatienter har 15 gånger högre risk för djupa tandfickor.

Dock är det svårt att säga om det är tandhälsan som ökar risken för Alzheimer, eller om det är kognitionsnedsättningen som ökar risken för försämrad munhygien. Men det så klart skadar inte att vara på den säkra sidan och följa Mosleys råd. Om inte annat kommer ditt tandkött och tänder att må bra av det. ■