

## Schlechter Atem

# Gründe für den Mundgeruch

**M**undgeruch ist wirklich unangenehm. Begleitet er die Betroffenen doch meist einige Zeit lang, ohne dass sie es merken. Gut ist, wenn man einen Vertrauten hat, der einen dezent auf das Problem hinweist.

### Hygiene ist ein Faktor

Dann gilt es, die Auslöser für den schlechten Atem zu finden. In vielen Fällen sind es Karies und Bakterien. Bakterien, die sich mangels guter Zahnpflege im Mundraum bilden. Ist dieser Grund beseitigt, der Mundgeruch jedoch geblieben, sollte man einen HNO-Arzt aufsuchen.

### Entzündungen

Ein verbreiteter Auslöser sitzt nämlich tiefer im Rachen: „Häufig wird Mundgeruch von entzündeten Mandeln verursacht“, erläutert Dr. Uso

Walter. Dann, so der Duisburger HNO-Facharzt, muss man schnell handeln, weil Entzündungsherde im Körper Folgen haben. Unter Umständen greifen die Bakterien andere Organe wie das Herz an. Mehr Infos: [www.hnonet-nrw.de](http://www.hnonet-nrw.de). Der schlechte Atem ist also nur ein Symptom für einen Krankheitsherd.

**Extra-Tipp:** Mit einem einfachen Trick kann jeder selbst testen, wie er aus dem Mund riecht: Mit der Zunge über den Handrücken fahren und einige Sekunden warten. Dann schnuppern. Gut? Gut!

Jeder vierte Deutsche riecht aus dem Mund, Knoblauch ist nur eine Ursache