

# Mundgeruch ist messbar

**Die meisten Menschen bemerken ihren übel riechenden Atem nicht selbst. Sie wundern sich deshalb, über die distanzierten Reaktionen ihrer Mitmenschen. Daher ist es sinnvoll, Betroffene durch einen diskreten Hinweis auf das Problem aufmerksam zu machen. Wer sich nicht sicher ist ob er unter Mundgeruch leidet, kann seinen Atem neuerdings mit Hilfe eines Messgerätes beim Zahnarzt kontrollieren lassen. Denn: Mundgeruch ist messbar.**

Das neuartige Gerät namens **Halimeter** misst die für Mundgeruch zuständigen Schwefelverbindungen. Es handelt sich bei dem Gerät um eine Art künstliche Nase. Der Patient muss einen am Gerät installierten Strohhalm etwa vier Zentimeter tief in den Mund nehmen. Eine Pumpe saugt dann die Luft im Mundraum auf und zeigt innerhalb weniger Sekunden den Schwefelgehalt im Atem an. Ein Wert über 180 bedeutet Mundgeruch.

## Test gibt Sicherheit

Durch den Test hat der Patient die Sicherheit zu überprüfen, wie stark er an Mundgeruch leidet und ob die Gase aus dem Rachenraum kommen. In aller Regel werden in kürzeren Abständen drei Messungen durchgeführt, um ganz sicherzugehen. Außerdem dienen die Tests als begleitende Kontrolle während einer „Mundgeruchtherapie“. Vor dem Test sollte man nichts Essen, Trinken, Rauchen, keinen Kaugummi und keine Mundspüllösung bzw. -sprays anwenden.

## Häufig falscher Alarm

Oftmals stellt sich bei dem Test heraus, dass manch vermeintlich Betroffener gar keinen Mundgeruch hat. Viele Menschen sind davon überzeugt, an schlechtem Atem zu leiden, ohne dass dies tatsächlich so ist. Man spricht hier von einer Mundgeruchsphobie.

## Trick für unterwegs

Es gibt aber auch einen Trick, mit dem man ohne fremde Hilfe feststellen kann, ob man aus dem Hals unangenehm riecht. Dabei fährt man mit der Zunge ein paar Mal über das Handgelenk, lässt den Speichel eine Minute lang trocknen und riecht daran.