

ZahnRat 42

DIE AKTUELLE PATIENTENINFORMATION IHRES ZAHNARZTES

Prophylaxe mit Verstand

Vorbeugen heißt ...

Niemand will sehenden Auges krank werden, wenn er es verhindern kann. Sehr oft könnte man, wenn man nur wollte. Doch dazu gehört ein Sieg, und zwar der über die eigene innere Bequemlichkeit. Denn es gibt neben den schicksalhaften Erkrankungen, bei denen nur eine geringe Chance der präventiven Verhinderung besteht, eine Reihe von Schädigungen, die sehr wohl mit prophylaktischem Verhalten wenn nicht gänzlich verhindert, so doch in ihrer Ausweitung erheblich eingeschränkt werden können.

Im Bereich der Zahnheilkunde trifft dies auf zwei wesentliche Erkrankungsformen zu, die Schädigung der Zahnhartsubstanz durch Karies sowie die Zerstörung des Zahnhalteapparates durch Parodontose. Gewiss, es gibt Umstände, die die Ausprägung befördern. Doch der „übergroße Rest“ kann aktive Gegenwehr sein – oder den Dingen einfach ihren Lauf lassen, bis Schmerzen kommen und Zähne gehen.

Das Ideal, die Gesundheit ein Leben lang vollkommen zu erhalten, ist schwer erreichbar. Realistischer scheint das Ziel, mögliche Beeinträchtigungen so weit wie möglich hinauszuschieben.

Die Wissenschaft unterscheidet zwischen primärer, sekundärer und sogar tertiärer Prophylaxe:

1. sich vor der Krankheit schützen
2. bei Eintritt einer Erkrankung die Folgen begrenzen sowie
3. den Behandlungserfolg erhalten und Neuerkrankungen möglichst wieder verhindern.

Bleibt also festzustellen: Die Veranlagung zur Ausprägung einer Krankheit ist schicksalhaft. Aber ob und in welchen Umfang die Erkrankung letztlich auftritt, kann häufig durch eigen-



*Prachtvolle Zähne-
frischer Mund*
dank: **ODOL**

Reklame-Poppaufsteller, 1940er Jahre; Foto: Herbert Boswank, Dresden

nes Tun zum Besseren beeinflusst werden. Dass dies und wie dies für die Zahngesundheit eigentlich täglich möglich ist, welche

Hilfsmittel es gibt und wann die Hilfe des Zahnarztes notwendig wird, können Sie in dieser ZahnRat-Ausgabe lesen. ■



Patientenzeitung der Zahnärzte

in Brandenburg, Mecklenburg-Vorpommern, Sachsen, Sachsen-Anhalt und Thüringen

Vorbeugen macht in jedem Alter Sinn ...

Warum vorbeugen, wenn es noch gar keine Zähne gibt? Die Frage ist berechtigt. Doch bereits während der Schwangerschaft werden die Zahnkeime angelegt und es beginnt deren Mineralisierung. Ein Prozess, der letztlich über die **Festigkeit** der Zahnhartsubstanz entscheidet. Bekannt ist heute und darf als gesichert gelten, dass Fluoride die Kariesanfälligkeit der Zähne verringern.

Neuere Untersuchungen zeigen, dass die Wirkung der Fluoride im Wesentlichen auf der Zahnoberfläche über Direktkontakt – also mit Zahncremes – zustande kommt. Deshalb ist Eltern zu raten, mit einer kleinen Menge fluoridhaltiger Paste bereits mit dem ersten Milchzahn beginnend zu putzen.

Nur wenn im Haushalt kein fluoridiertes Salz verwendet wird und die Eltern auf eine fluoridhaltige Zahncreme verzichten, dann wird eine Gabe von Fluorid-Tabletten (Fluoretten) sinnvoll.

Aber die Fluoridierung ist, gleich in welcher Form, kein Persilschein für ein kariessorgenfreies Leben. Wer Karies bekommt, hat einiges dafür getan: Auf den Zähnen befindet sich ein bakterieller Belag, die Bakterien werden mit Zucker „gefüttert“ und bilden nun Säuren, die die Zahnhartsubstanz angreifen. Wer eine anfällige Zahnhartsubstanz vererbt bekam, erlebt den Schädigungsprozess schneller als andere.

Also stellt die Ernährung einen wichtigen Pfeiler der Kariesprophylaxe dar. In den ersten Lebensjahren werden Gewohnheiten geprägt, die meist ein Leben lang fortbestehen. Wie der Hang zu Süßem. Nun sei niemandem der Genuss von Schokolade vergällt. Im Gegenteil, die kleinen leckeren Dinge machen das Leben doch schön. Aber es sollte eben nicht der dauerhafte Konsum süßer Dinge sein, denn gerade Dauerkonsum – dazu gehören auch süße Getränke – löst Karies aus. Die Zähne werden beständig von Zucker „umspült“, der die zerstörerische Säureproduktion auslöst. Also Kost zum Kauen für den Hunger, das Süße zum Genuss.

In den besten Jahren scheinen alle Dinge wichtig, nur nicht unbedingt die Zähne. Man geht nur zum Zahnarzt, wenn es sich nicht mehr vermeiden lässt und dann mit der Gewissheit, der Zahnarzt wird's schon richten. Ihm stehen heute Materialien und Behandlungsmethoden zur Verfügung, die eine fast perfekte Reparatur kranker Zähne gestatten. Aber jede noch so unsichtbare Füllung ist Ersatz des natürlichen Zahnes und birgt in sich



Die „Chlorodont-Frau“ - das wohl bekannteste Motiv der Chlorodont-Werbung; Emaille-Plakat um 1920

den Keim einer Folgebehandlung. Es kann Randkaries entstehen, Keramik kann abplatzen, stets wird ein Ersatz des Ersatzes notwendig. Daher gilt: nichts ist so gut wie das Original! Sollten allerdings doch hier und da Füllungen, Kronen oder umfangreicher Zahnersatz notwendig geworden sein, kann die Lebensdauer dieser Restaurationen nur mit besonderer Pflege so lang wie möglich gestaltet werden.

Wenn im hohen Lebensalter nur noch wenige eigene Zähne vorhanden oder gar alle durch Zahnprothesen ersetzt sind, ist zur Vorbeu-

gung weiterer Schäden des Kausystems eine stetige zahnärztliche Betreuung erforderlich. Zum einen bedürfen die Mundschleimhäute einer regelmäßigen Kontrolle, zum anderen verändert sich der Kieferknochen ständig, auf dem der Zahnersatz aufliegt. Deshalb wird von Zeit zu Zeit eine Anpassung notwendig, um zum Beispiel der Gefahr von Kiefergelenkserkrankungen vorzubeugen.

Prophylaxe ist also in jedem Lebensalter wichtig, aber jedes Lebensalter verlangt nach anderen Schwerpunkten beim Vorbeugen. Nur dann hilft Prophylaxe wirklich. ■

Welchen Dingen kann man vorbeugen?

Schicksalhafte Ereignisse, wie zum Beispiel ein Sportunfall mit Verlust eines Frontzahnes, werden sich nie ganz verhindern lassen. Die meisten Erkrankungen im Kausystem allerdings treten weder plötzlich auf noch sind sie unabwendbar: Das gilt für die **Karies** der Zähne genau so wie für die **Parodontitis** im Zahnhalteapparat.

Wir wissen seit langem, dass zur Entstehung beider Erkrankungen längere Zeiträume notwendig sind, auch wenn es in Ausnahmefällen akute Verläufe geben kann. In beiden Fällen sind das ungestörte Vorhandensein von bestimmten Bakterien auf den Zahnoberflächen und im Bereich des Zahnfleischsaumes gekoppelt mit entsprechenden Ernährungs- und Lebensgewohnheiten Hauptentstehungsfaktoren. Prophylaxe ist aufwändig, manchmal auch teuer, aber man kann viel gewinnen.

Niemand wird böse darüber sein, nie im Le-

ben die Erfahrung eines richtig reißenden Zahnschmerzes machen zu müssen oder so wenig wie möglich in den „Genuss“ zahnärztlicher Behandlungen zu kommen. Jede Reparatur kostet Zeit, manchmal Geld, und ist gerade bei umfangreichen Sanierungen gelegentlich damit verbunden, dass der natürliche Ausgangszustand nur noch teilweise wieder erreicht werden kann.

Der frühzeitige oder hohe **Zahnverlust** ist überwiegend Folge von starken kariösen Zerstörungen oder der Lockerung von Zähnen als Folge einer fortgeschrittenen Parodontitis. Beides sind keine schicksalhaften Geschehen!

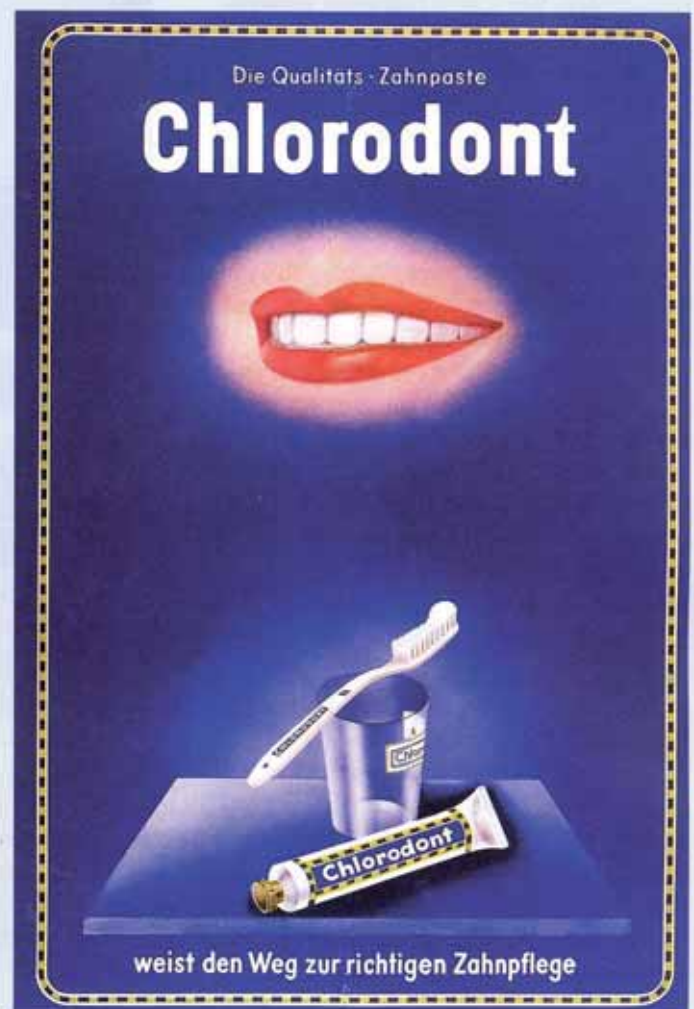
Neben den direkten Folgen auf den Zahnbestand und das gesamte Kausystem können Folgeschäden auch im Herz-Kreislaufsystem auftreten. Ständige Entzündungen des Zahnfleisches werden mit dem Auftreten der **Endokarditis**, eine bakteriell be-

dingte Entzündung des Herzens, in Verbindung gebracht. Ebenso führt ein schlechter Zahnstatus zum Verschlingen nur mäßig zerkauter Nahrung – der **Magen** und das gesamte **Verdauungssystem** reagieren auf Dauer entsprechend mit Störungen der Funktion.

Aber auch im Stadium des Zahnersatzes, wenn sich Kronen, Brücken oder gar Implantate in der Mundhöhle befinden, ist Prophylaxe das A und O. Denn diese „Ersatzteile“ schränken die natürliche Reinigung der Zähne häufig durch ihre Konstruktion ein, sodass ein höherer Pflegeaufwand notwendig wird. Wer die Pflege von Zahnersatz vernachlässigt, verringert die Lebensdauer dieser künstlichen Zähne erheblich. Zudem werden die empfindlichen Kontaktstellen von Zahnfleisch, Knochen oder auch die Mundschleimhaut dabei stark in Mitleidenschaft gezogen. ■



Jedes Jahr zur Weihnachtszeit erschienen die Leo-Produkte in entsprechenden Geschenkkartons, Werbeaufsteller um 1920



Plakat 1931

Wie kann man vorbeugen?

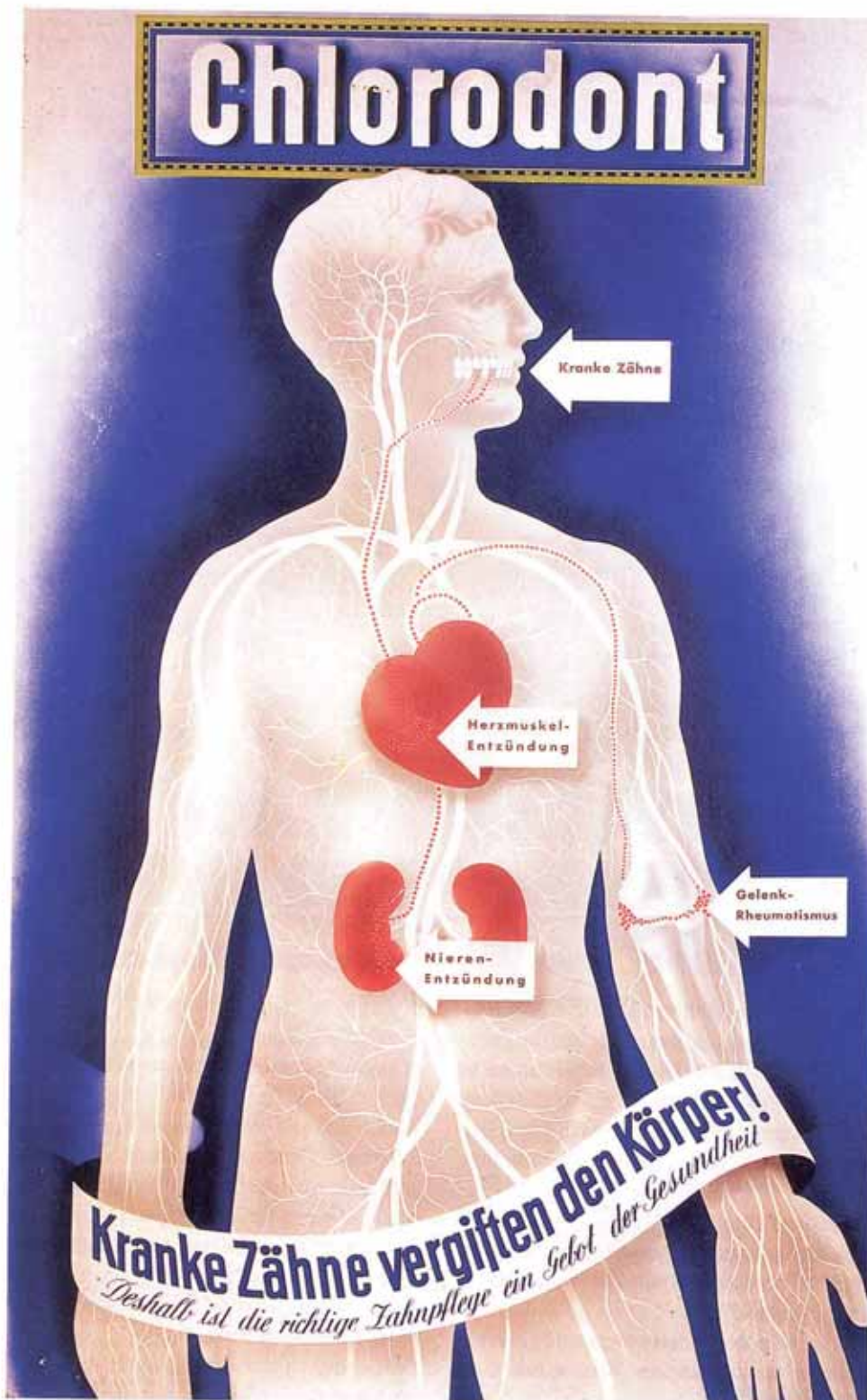
Selbst sind der Mann und die Frau, und das am besten täglich. Es klingt profan, aber das Zweimal-Zähneputzen kann viel Ärger ersparen. Allerdings bitte richtig! Hier entscheidet weniger die Zahnpastenmarke, wenn denn Fluorid enthalten ist. Auch ist die high-tech-Borstenanordnung entgegen aller Werbe-Aussagen, eher nebensächlich. Ent-

scheidend ist der regelmäßige und gründliche Gebrauch der Zahnbürste. Neben der Pflege sollte man ein besonderes Augenmerk auf die Ernährungsgewohnheiten haben. Ohne Zucker keine Karies! Harte kauintensive Kost ist gesünder als täglich weiche Törtchen oder allzu viel klebrige Bonbons und süße Limonade.

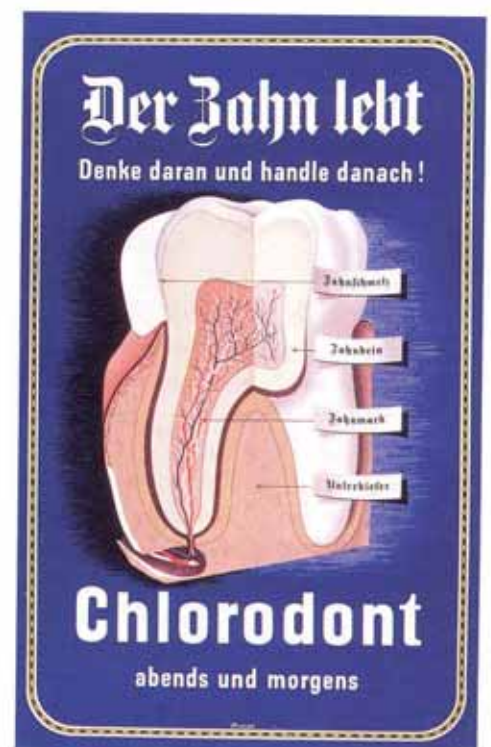
Was Hänchen nicht lernt ... gilt auch hier: Eltern sollten bei ihrem Nachwuchs von klein an auf eine gesunde Ernährung achten. Das schließt keinesfalls den Genuss von Süßigkeiten aus, setzt aber voraus, dass der vernünftige Umgang mit Süßem gelernt wurde. Ständiges Naschen, besonders noch als Betthupferl daherkommend, können der Beginn einer leidvollen Patient-Zahnarzt-Beziehung sein. Auch sollten die Kinder frühzeitig mit Ritualen vertraut gemacht werden. Selbst wenn zu Beginn der Zahnpflege gering erscheint, es prägt sich aber das Bewusstsein für Zahnpflege vor dem Schlafen. Und immer wieder gilt: die Eltern sind Vorbild!

Daher schadet es nicht, sich einmal selbst in seinen Gewohnheiten zu beobachten und gegebenenfalls zu ändern. Im Sinne der eigenen Zahngesundheit wie der der Kinder.

Ganz selbstverständlich sollte in der Familie auch der Gedanke an regelmäßige und rechtzeitiger Zahnarztbesuche sein. Kinder begreifen am besten bei einem gemeinsamen Besuch mit Eltern, dass eine rechtzeitige Reparatur kleinerer Defekte schnell geht und nicht weh tun muss. Außerdem kann der Zahnarzt bei einem schmerzfreien Besuch Kinder sehr gut mit Lob für die bisherige Zahnpflege motivieren und die häuslichen Vorbeugemaßnahmen durch eine professionelle Prophylaxe, die individuell auf den Patienten abgestimmt ist, ergänzen. ■



Plakat um 1930



Plakat 1931

Womit kann man vorbeugen

Ein Hauptpfeiler häuslicher Prophylaxe ist und bleibt die Zahnpflege. Da stellt sich stets die Frage nach den richtigen Utensilien.

Generell gilt, dass es nicht DIE Zahnbürste gibt. Der Kopf sollte kurz sein, damit man auch in verwinkelten Regionen des Zahnbogens und dort, wo wenig Platz ist (wie an den Außenflächen der oberen Backenzähne) alle zu putzenden Stellen erreicht. Auch sind zu harte Borsten gelegentlich Ursache für Reizungen des Zahnfleisches.

Denken Sie auch daran, dass jede Zahnbürste nur eine begrenzte Lebensdauer hat und rechtzeitig gewechselt werden sollte. Das gilt auch nach überstandenen Krankheiten, wie Grippe. Für Kleinkinder, Ältere und Behinderte machen sich Griffhilfen dann notwendig, wenn die Feinmotorik der Hand, die Kraft oder auch das Bewegungsgefühl eingeschränkt sind und die Zahnbürste nicht mehr sicher und exakt genug im Mundraum geführt werden kann.

Wichtig ist, ältere oder behinderte Menschen diesen Teilakt der Körperpflege so lange wie möglich aktiv selbst ausüben zu lassen.

Die Verwendung einer elektrischen Zahnbürste ist kein Muss, kann aber eine Verbesserung der Reinigungswirkung bringen. Vorsicht bei zu starkem Andruck, hier ist die Gefahr von Hartschubstanzdefekten durch elektrische Zahnbürsten größer. Daher empfiehlt sich für das Kinderalter zunächst eine normale Zahnbürste, mit der die richtige Putztechnik erlernt wird.

Auch bei Zahnpasten ist das Angebot breit gefächert und die Mehrzahl der Produkte ohne Einschränkung zu empfehlen. Zu beachten ist der Fluoridgehalt (etwas reduziert bei Kindern wegen der Gefahr des Verschluckens größerer Mengen), der bei den meisten Produkten standardisiert ist. Vorsicht ist bei „Weißmachern“ angebracht, denn diese Zahnpasten enthalten sehr aggressive Putzkörper, die bei längerer Anwendung den Zahnschmelz wegschleifen können.

Zahncremes mit Putzkörpern sind nicht angebracht, wenn Zahnhäule wegen zurückgegangenem Zahnfleisch frei liegen. Zahnhäule sind nicht mit einer Schmelzschicht geschützt, Zahncreme-Putzkörper können deshalb sehr schnell die Substanz schädigen.

Begleitend können antibakterielle Mundspülungen verwendet werden, allerdings weniger als Dauerbegleitung, sondern eher in Phasen verstärkter Zahnfleischreizungen. Im parodontal gesunden Gebiss genügt in der Regel die gründliche Zahnreinigung.

Zahnseide und Interdentalbürsten sind ge-

Vor allem abends
Chlorodont

die Zahnpaste mit dem frischen Pfefferminzgeschmack^A

Dieses Plakat illustriert den Alltag der frühen 30-er Jahre.

eignete Hilfsmittel, um Zahnzwischenräume zu reinigen, immerhin machen die Zahnflächen zwischen den Zähnen 30 Prozent der Gesamtzahnoberfläche aus. Die Zahnzwischenräume sind in den meisten Fällen „Entstehungsort“ von Zahnfleischentzündungen.

Über den richtigen Gebrauch von Zahnseide (auch Floss genannt) und Interdentalbürstchen informieren Sie Ihr Zahnarzt oder die Prophylaxehelferin.

Herausnehmbarer Zahnersatz sollte in erster Linie unter fließendem Wasser mit einer Bürste, aber ohne Zahnpasta gereinigt werden. Reinigungstabletten können Beläge nur

in geringem Umfang beseitigen, wichtig ist die manuelle Reinigung.

Mit dem Akt des Zähneputzens wird zugleich das Zahnfleisch gepflegt und massiert. Damit erhöht sich die Widerstandsfähigkeit gegen Reizungen, Druck und mechanische Belastungen. Zudem hat die Bürstenmassage eine belebende Wirkung für den gesamten Mundraum, von dem große Teile über viele Stunden vom Zahnersatz sozusagen luftdicht abgeschlossen sind. Eine Munddusche kann den Pflege- und Massageeffekt verstärken.

Das Gerät empfiehlt sich auch für Kinder und Erwachsene, die eine feste Zahnspange tragen, um Speisereste gründlicher entfernen zu können. ■

Was kostet Vorbeugen?

Die Frage mag ein wenig hart gestellt sein, doch zielt sie nicht nur auf die reine Kostenseite der Prophylaxe. Denn am Anfang steht die persönliche Entscheidung, bewusst vorbeugend tätig zu werden.

Dies kostet zunächst einmal Zeit. Jedem sind die von zahnärztlicher Seite empfohlenen drei morgendlichen und abendlichen Zahnputzminuten bekannt – eine ziemlich lange Zeit, wenn Sie schon einmal Ihre eigene Putzdauer gemessen haben. Wobei die Dauer allein nicht das Maß aller Dinge ist, wichtig ist ebenso die Kenntnis der richtigen Putztechnik. Die zu erlernen, muss als Voraussetzung für eine erfolgreiche heimische Prophylaxe angesehen werden. Überhaupt kann man Erkrankungen der Zahnhartsubstanz (Karies) und des Zahnhalteapparates (Parodontitis) besser vorbeugen, wenn man in groben Zügen die Ursachen kennt und weiß, wie die Mechanismen der Krankheitsentstehung unterbrochen werden können.

Dies alles kostet Überwindung, wird aber bei jedem Blick in den Spiegel mit der Schönheit der eigenen natürlichen Zähne belohnt.

Ganz ohne fremde fachmännische Hilfe geht es denn doch nicht. So sollte der halb-

jährliche Gesundheits-Check beim Zahnarzt zum festen Termin im Kalender werden. Diese Kontrolluntersuchungen sind, zumindest was den Sachstand zu Beginn des Jahres 2004 angeht, weiterhin ohne Zahlung einer Praxisgebühr durchzuführen. Erst wenn sich eine Behandlungsnotwendigkeit ergibt und beispielsweise Füllungen erneuert werden müssen, werden diese 10 € fällig. Leider wurde das Entfernen von Zahnstein als Kassenleistung auf einmal je Kalenderjahr beschränkt, was bei vielen Patienten dazu führen wird, dass sie, so der gesunde Zustand ihres Gebisse nicht gefährdet werden soll, weitere Zahnreinigungen selbst bezahlen müssen. Die Kosten dafür hängen stark vom Umfang der Zahnsteinablagerungen und dem entsprechenden Aufwand für deren Beseitigung ab. Hier wird Ihr Zahnarzt Sie individuell beraten.

Diese Kosten, ebenso wie die für die tägliche Zahnpflege, werden aber sicherlich die anderenfalls zu erwartenden Reparaturkosten nicht erreichen, ganz zu schweigen von dem Zugewinn an Wohlfühlen, Selbstbewusstsein im Auftreten und dem Verzicht auf das, was man früher zuerst mit den Zähnen in Verbindung brachte: Schmerz! ■



Gehört Dein Kind auch zu den 5 Millionen?

Nach einer von der Chlorodont-Fabrik zusammen mit dem Deutschen Hygiene-Museum durchgeführten Umfrage besitzen 5 Millionen von 8,6 Millionen Schulkindern keine eigene Zahnbürste. Dieses traurige Ergebnis beweist, daß die überwiegende Mehrzahl unseres Volkes nichts für die Gesunderhaltung der Zähne tut. Deshalb rufen wir: Eltern! Sorgt dafür, daß jedes Kind seine eigene Zahnbürste besitzt und benutzt! Gebt selber ein gutes Beispiel und pflegt Eure Zähne jeden Abend und Morgen mit

Chlorodont

Zahnpaste Zahnbürsten Mundwasser

Aufklärungsplakat der Leo-Werke aus den 30-er Jahren. Die Werke unterhielten beste Beziehungen zum Hygiene-Museum.

Tipps

Ernährung

Sich gesund zu ernähren, heißt heute für viele, reichlich Vitamine zu sich zu nehmen und mit Zucker sparsam umzugehen. Damit das Ernährungsprogramm auch wirklich gesund bleibt, sollte nichts übertrieben und einiges beachtet werden:

- Nach Obst, Säften oder Süßem ist eine Pause bis zum Zähneputzen zu lassen. Obst, Säfte und Süßes entwickeln eine Säure im Mund, die dem Zahn seinen Schutzfilm nimmt. Würde gleich nach Genuss solcher Lebensmittel geputzt, wäre die Abrasion, also die Abtragung kleinster Teilchen am Zahn zu groß. Es dauert nur kurze Zeit, bis sich das „Klima“ im Mund wieder neutralisiert hat und der Zahnfilm wieder hergestellt ist.

Dann steht dem Putzen nichts mehr im Wege.

- Vielfach weichen Ernährungsbewusste auf andere Zuckerarten aus. Doch auch diese wirken genauso am Zahn, das Zähneputzen bleibt also Pflicht.
- Bei älteren Menschen tritt das Zahnfleisch oft zurück und der Zahnhals liegt frei. Selbst zahnfremdliche Süßigkeiten haben einen solchen pH-Wert, dass er aggressiv an den Zahnhalsen wirkt.
- Wer seine Nahrung „aufpeppen“ will mit Vitaminpräparaten, sollte bedenken, dass z. B. Vitamintabletten Verfärbungen am Gebiss hinterlassen können.



Plakatentwurf:
Günter Schmitz, Dresden (1955-1960)

Sport

Für viele Menschen ist Sport ein Lebenselixier, sei es der Figur und der Fitness wegen oder einfach, weil Sport eine schöne Freizeitbeschäftigung für jedes Alter ist. Temporeiche Sportarten werden dabei von Kindern und Jugendlichen bevorzugt, doch auch Erwachsene entdecken Inlineskater, Snowboard und Mountainbike für sich. Vor allem diese Sportarten sorgten für einen alarmierenden Anstieg bei Gesichtsverletzungen, zu denen Zahn-, Mund- und Kieferverletzungen gehören. An Knie- und Ellbogenschützer denkt jeder, der Handball, Fußball, Eishockey spielt oder sich mit Skatern auf den Weg macht. An Schutz für Zähne und Mund denken die wenigsten. Aber 50 Prozent aller Zahn- und Mundverletzungen sind Sportverletzungen.

Den besten Mundschutz kann Ihnen Ihr Zahnarzt nach Ihrem Gebissabdruck anfertigen und anpassen lassen.

Unmittelbar nach dem Tragen wird der Mundschutz unter fließendem Wasser abgespült und nach dem Trocknen in einer Box aufbewahrt. Wenn die nächste Trainingseinheit naht, wird der Schutz mit einer Mundspüllösung gespült.

Zahnunfälle

Trotz aller Vorsicht kann es überall im Alltag doch zu Mundraum- und Zahnverletzungen kommen. Für diese Fälle gilt: Sofort zum Zahnarzt. Gelockerte oder verletzte Zähne müssen schnell versorgt werden, damit sie erhalten bleiben. Der Verletzte kann zur Sicherung der stark gelockerten Zähne bis zum Zahnarzt vorsichtig auf Gaze oder ein Stofftaschentuch beißen.

Ein ausgeschlagener Zahn kann bei schneller Versorgung auch erfolgreich wieder eingesetzt und zum Einwachsen animiert werden.

Dafür soll der Zahn auf keinen Fall gereinigt, sondern sofort entweder in einer Zahnrettungs-Box aufbewahrt werden, oder wenn diese nicht vorhanden ist, in kalter Milch oder Kochsalzlösung. Abgebrochene Zahnteile werden ebenso aufbewahrt. Ein Zahn kann nur erfolgreich wieder eingesetzt werden, wenn er nicht länger als fünf Minuten „trocken“ geblieben ist.

Fassen Sie einen ausgeschlagenen Zahn nicht an der Zahnwurzel an.

Professionelle Zahnreinigung

Der Name sagt es schon, diese Zahnreinigung erhält man nur beim „Profi“, also beim Zahnarzt.

Mit speziellen Instrumenten, Schleif- und Polierkörpern rücken Zahnarzt oder die geschulte Prophylaxehelferin den Verfärbungen zuleibe, die z. B. Nikotin, Kaffee, schwarzer und grüner Tee oder Rotwein, auch Vitamintabletten oder Medikamente an Ihren Zähnen hinterlassen. Solch eine Kur wirkt besser als Weißmacher im Dauergebrauch.

Eine Professionelle Zahnreinigung ist unbedingt zu empfehlen

- bei Zahnersatz-Konstruktionen, die mit Zahnbürste schwer erreichbar sind
- für Implantatträger
- beim Tragen von festen Spangen

Die Profi-Reinigung für Prothesen gibt es auch beim Zahnarzt: die Ultraschallreinigung. Sie entfernt von der Kunststoffoberfläche Verunreinigungen und Verfärbungen.

Kontrolluntersuchungen

Ein gründlicher Blick in den Spiegel zeigt natürlich, ob Sie mit dem Aussehen Ihrer Zähne zufrieden sein können. Ob Mund und Zähne auch gesund sind und damit weiterhin gut aussehen, diese Sicherheit können Ihnen nur die regelmäßigen Kontrolluntersuchungen beim Zahnarzt geben. Er erkennt beizeiten, wo drohendem Schaden vorgebeugt werden muss und wann sich „Reparaturen“ notwendig machen, die den Schaden klein halten und noch so unauffällig wie möglich ausfallen.

- Regelmäßige Kontrolluntersuchungen sichern außerdem Bonusansprüche für den Fall, dass Zahnersatz notwendig wird.
- Seit Juli 1999 gibt es auf der Grundlage der Gesetzlichen Krankenversicherung das Programm der Früherkennungsuntersuchung für Kinder, das mit dem 30. Lebensmonat beginnt. Voraussetzung ist das vollständig durchgebrochene Milchgebiss. Ist dies schon vor diesem Zeitpunkt der Fall, kann mit der ersten Untersuchung auch eher begonnen werden. Der Zahnarzt inspiziert dabei die Mundhöhle, schätzt das Kariesrisiko ein, berät die Eltern zu Ernährung und Mundhygiene und behandelt vorbeugend mit Zahnschmelz härtenden Maßnahmen.
- Auch wer mittlerweile gut mit seinen „Dritten“ lebt, sollte den regelmäßigen Zahnarztbesuch nicht abschreiben. Zahnersatz ist Maßanfertigung und bedarf stetiger Kontrolle für notwendige Anpassungen an Veränderungen bei Kiefer und Zahnfleisch.
- Für Implantatträger ist die regelmäßige Kontrolle eine „Lebensversicherung“ für die künstlichen Wurzeln.

Welche Prophylaxe-Leistungen erhalten Sie ohne Zuzahlung und ohne Praxisgebühr bei Ihrem Zahnarzt?

Kontrolluntersuchung (einschl. Röntgen und Sensibilitätsprüfung)	2x jährlich
Zahnsteinentfernung	1x jährlich
Einfache Bewertung des Zahnfleisch-Zustandes (PSI) zur Früherkennung von Parodontitis	1x in 2 J.



Fotocollage: Herbert Bayer, 1937

Unterwegs

Wenn sich keine Gelegenheit ergibt, nach Mahlzeiten die Zähne zu putzen, dann kann mit Kaugummi oder Floss oder reichlich Wasser trinken die Zeit überbrückt werden.



In den 60-er Jahren entstanden in Dresden neue Marken, die bis heute erfolgreich sind. Plakat-Entwurf: Günter Schmitz, Dresden, 1962

Patientenberatungsstellen

Landeszahnärztekammer Brandenburg

Parzellenstraße 94,
03046 Cottbus
Telefon: (03 55) 38 14 80
Internet: www.lzkb.de



Landeszahnärztekammer Sachsen

Schützenhöhe 11,
01099 Dresden
Telefon: (03 51) 8066-257/-256
Internet: www.zahnaerzte-in-sachsen.de



Landeszahnärztekammer Thüringen

Barbarosahof 16,
99092 Erfurt
Telefon: (03 61) 74 32-0
Internet: www.lzktth.de



Landeszahnärztekammer Mecklenburg-Vorpommern

Wismarsche Str. 304,
19055 Schwerin
Telefon: (03 85) 59 10 80
Internet: www.zaekmv.de



Zahnärztekammer Sachsen-Anhalt

Große Diesdorfer Straße 162,
39110 Magdeburg
Telefon: (03 91) 73 93 90
Internet: www.zahnaerzte-sah.de



Impressum

ZahnRat 42

Herausgeber

Landeszahnärztekammer Brandenburg
Landeszahnärztekammer Mecklenburg-Vorpommern
Landeszahnärztekammer Sachsen
Landeszahnärztekammer Sachsen-Anhalt
Landeszahnärztekammer Thüringen

Februar/2004

Abbildungen:

Chlorodont
Biographie eines deutschen Markenproduktes
Herausgeber: Werkarchiv der Dental-Kosmetik GmbH
Dresden / Gubig & Köpcke (Berlin) 1997

Verlag

Satztechnik Meißen GmbH
Am Sand 1c, 01665 Nieschütz bei Meißen
Telefon (03 52 5) 7 18 60, Telefax 71 86 12
E-Mail: satztechnik.meissen@t-online.de

Wir bedanken uns für die Nachdruckgenehmigungen.

Gesamtherstellung, Druck und Versand

Satztechnik Meißen GmbH
Am Sand 1c, 01665 Nieschütz bei Meißen
Die Patientenzeitschrift und alle in ihr enthaltenen einzelnen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt.

Nachbestellungen der Patientenzeitung sind über den Verlag möglich.

Telefon (03525) 71 86 22, Telefax (03525) 71 86 10
e-mail: fiedler@satztechnik-meissen.de

Versandkosten

Menge	Preis/Bestellung	Versand	Gesamt
10 Exemplare	2,60 €	2,40 €	5,00 €
20 Exemplare	5,20 €	2,80 €	8,00 €
30 Exemplare	7,80 €	4,70 €	12,50 €
40 Exemplare	10,40 €	5,00 €	15,40 €
50 Exemplare	13,00 €	5,20 €	18,20 €

Verantwortlich für den Inhalt

Dr. Hagen Schönlebe
Dr. Thomas Breyer

Redaktion

Gundula Feucker

© Copyright by Landeszahnärztekammer Sachsen
ISSN 1435-2508