

ZahnRat 115

Kieferorthopädie • Brackets & Co. • A und O der Vorsorge



**Pubertät –
Wenn die Zähne
und deren Besitzer
anders werden**

Die Pubertät ist die besondere Lebensphase, in der sich Kinder zu jungen Erwachsenen entwickeln. Sie ist geprägt von körperlichen Veränderungen wie Wachstum und dem Ausreifen der Geschlechtsorgane – und Stimmungsschwankungen. Mädchen und Jungen haben dabei eine leicht unterschiedliche Entwicklungsphase: Mädchen beginnen mit ungefähr neun oder zehn Jahren, pubertär zu werden, Jungen eher mit elf. Ein Ende von Geschlechtsreife und Körperwachstum ist zwischen dem 16. und 19. Lebensjahr absehbar.

Es ist die Zeit der starken Gefühle, der Bewusstwerdung des eigenen Körpers und dem Entdecken der eigenen Persönlichkeit. Dabei werden Rituale wie die Körperpflege gern über Bord geworfen. Damit die tägliche Mundhygiene aber nicht gleich mit baden geht, möchte dieser ZahnRat Tipps für Eltern und Teenager geben – mit dem Ziel, dass die Zähne die Zeit des Erwachsenwerdens gut überstehen!



Besuchen Sie uns auch im Internet
oder folgen Sie uns auf Facebook
www.zahnrat.de
www.facebook.com/zahnrat.de
Instagram: [zahn.rat](https://www.instagram.com/zahn.rat)



Wechselgebissphasen

Der Wechsel von den kindlichen Milchzähnen zu den bleibenden Zähnen der Erwachsenen erfolgt in zwei Phasen, den sogenannten Wechselgebissphasen.

Die erste Wechselgebissphase ...

... beginnt um den Schulanfang herum im sechsten Lebensjahr mit den neu hinzu wachsenden ersten großen Backenzähnen, den 6-Jahr-Molaren. Es folgt der Verlust der unteren, mittleren Schneidezähne und endet mit dem kompletten Wechsel der Schneidezähne im Unterkiefer und im Oberkiefer, etwa mit dem neunten Lebensjahr.

Wechselgebiss Ruhephase

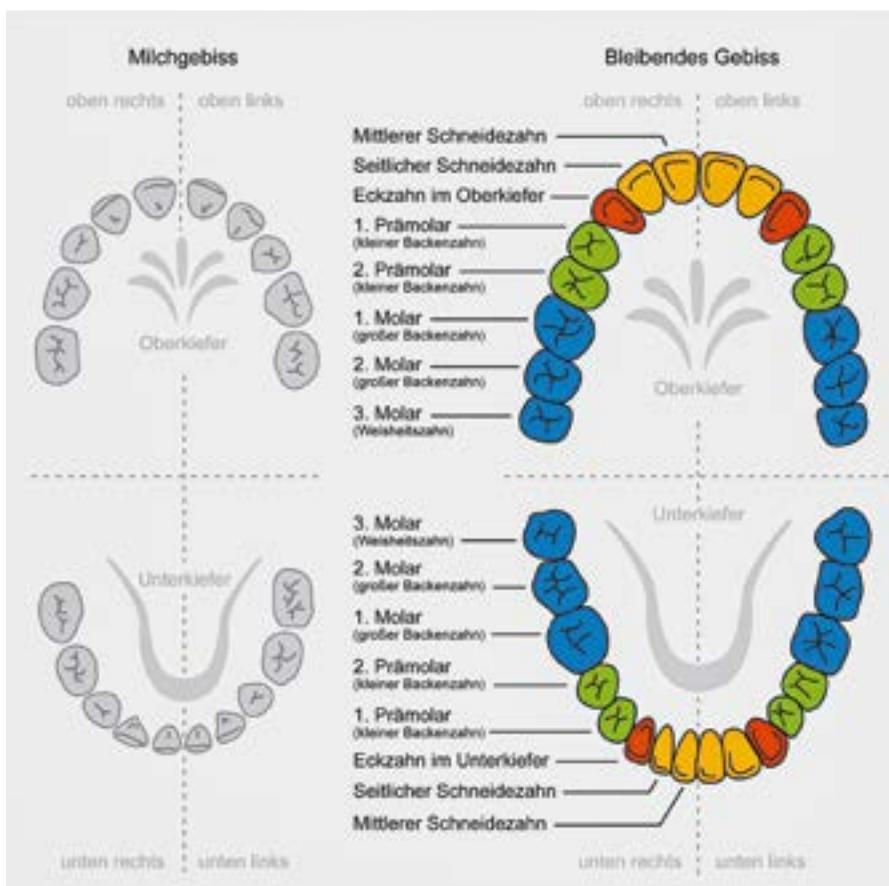
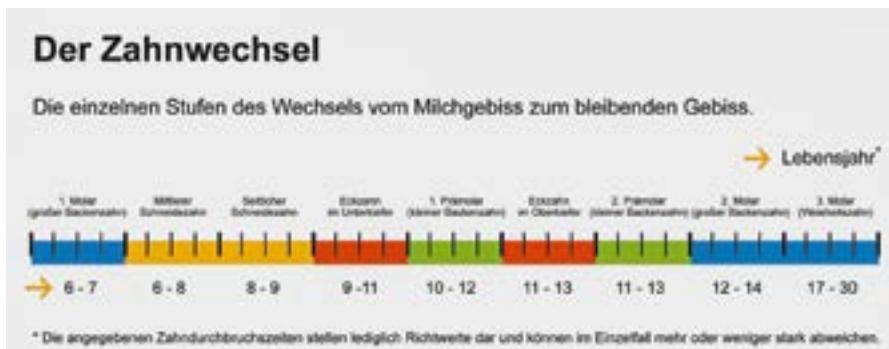
Nach dem Abschluss der ersten Wechselgebissphase gibt es eine kurze Ruhephase von etwa zwei Jahren im Gebisswachstum. Während dieser Zeit brechen keine neuen Zähne durch.

Die zweite Wechselgebissphase ...

... beginnt häufig mit dem zehnten Lebensjahr oder etwas später. Sie fällt also genau in die Zeit der Pubertät. Beim Mädchen beginnt die zweite Wechselgebissphase heute mit ca. zehn bis elf Jahren, beim Jungen etwas später.

In der zweiten Phase werden die kleinen Backen- sowie die Eckzähne durch bleibende Zähne ersetzt. Zudem brechen auch die zweiten großen Backenzähne am Ende des Kiefers durch. Sie werden auch als 12-Jahr-Molaren bezeichnet.

Im Alter von zwölf bis 15 Jahren ist das Gebiss mit seinen 28 Zähnen komplett.



Die Weisheitszähne

Eine Ausnahme in der Gebissentwicklung bilden die Weisheitszähne. Diese sind nicht bei allen Menschen angelegt. Sie sind nur bei ungefähr 75 Prozent der Bevölkerung vorhanden und brechen im Alter von 16 bis 25 Jahren durch oder bleiben im Kiefer.

Schon gewusst?

Kleine Kinder haben 20 Milchzähne. Beim Zahnwechsel werden sie durch jeweils einen bleibenden Zahn ersetzt und es kommen noch acht zusätzliche sogenannte Molaren (Mahlzähne) hinzu. Im frühen Erwachsenenalter können noch bis zu vier Weisheitszähne folgen.

Freunde werden wichtiger als Mama und Papa. Was im Freundeskreis angesagt ist, gilt mehr als die gut gemeinten Ratschläge, Bitten und Forderungen der Eltern. Alles wird hinterfragt, es wird diskutiert und rebelliert. Jugendliche in der Pubertät wirken irgendwie verplant und verpeilt, ohne Zeitgefühl und selten in der Lage, weiterzudenken.

Die Zähne brauchen jetzt viel Aufmerksamkeit

Auch für die Zähne ist die Pubertät eine Zeit der Veränderung. Auf einmal wird die Zahnpflege nicht mehr so eng gesehen, Zucker nimmt einen festen Platz im Speiseplan der Teenager ein. Dabei brauchen die Zähne gerade jetzt viel Aufmerksamkeit.

Zahngesunde Ernährung für Teens

Fast-Food und Softdrinks – Katakastrophen für Körper und Zähne

So wie sich das Leben in der Pubertät am besten anfühlt, so soll auch das Essen für die Mädchen und Jungen in der Pubertät sein – unkompliziert, lässig und cool. Schnelle Burger, fettige Chips und süße Softdrinks sind in diesen Jahren angesagt. Und immer öfter erfüllen Lieferdienste mit dem fertig gekochten Menü aus Lokalen der Umgebung die Essenswünsche. Was aber der pubertierenden Seele vermeintlich gut tut, sorgt für Spätfolgen: für den Körper, für die Zähne und unter Umständen auch für die Seele.

Zucker und Co.

Nicht nur der „sichtbare“ Zucker in Schokolade und Süßigkeiten schadet den Zähnen. Auch der „nicht sichtbare“ Zucker aus dem Softdrink verwandelt



Brackets haben und Chips naschen? Ungünstig, denn die Krümel lassen sich äußerst schwer aus den Drähten holen. Wie soll dann also das Lächeln zum Schwarm aussehen?

sich in Säure, die den Zahnschmelz attackiert. Stärke aus Pommes und Weizenmehl wird ebenfalls zu Zucker und frisst sich bei mangelhafter Pflege als Karies in den Zahn. Kommen dazu noch mangelnde Bewegung und wenig Sport, melden sich die Fettzellen. Die Figur geht auseinander. Für das pubertäre Hautproblem Akne gilt: je mehr Zucker, umso schlimmer wird es.

Gesunde Ernährung – cool und nachhaltig

Auch wenn es gar nicht so klingt, aber (zahn-)gesunde Ernährung kann cool und nachhaltig sein. Also gesund essen und den Planeten schützen – das ist gar nicht so schwer.

Hier ein paar Tipps:

- Wasser trinken – am besten direkt aus der Leitung und so dem Plastikmüll entsagen
- rohes Obst und Gemüse knabbern – mit saisonalem Obst und Gemüse aus der Region lassen sich Transportwege vermeiden und die Umwelt entlasten
- ab und zu Fisch oder Fleisch essen – möglichst frisch zubereitet und am besten vom Händler vor Ort
- selbst gekochte Pasta mit frischer Tomatensoße genießen – spart Lieferwege und ist gemeinsam mit der Clique cool
- Vollkornprodukte bevorzugen – und schon ist man satt und lebt (zahn-)gesund
- möglichst naturbelassene Zutaten verarbeiten

Tipps zur Zahnpflege



1) Zähne zweimal täglich reinigen. Zuckerfreies Kaugummi für zwischendurch.



2) Wasser ist idealer Durstlöcher. Zucker und Säuren aus Limonade oder Fruchtsaft schädigen die Zähne.



3) Möglichst wenig Zucker verzehren. Weniger Zucker gleich weniger Karies!



4) Zuckerhaltiges nicht über den ganzen Tag verteilt essen oder trinken.



5) Auch herzhaftes Lebensmittel können Zucker enthalten. Zutatenliste und Nährwerttabelle geben Auskunft.



6) Ausgewogene Ernährung wählen, die zum Kauen anregt.



7) Gut für Zähne und Mund: Kalzium, Fluorid, Polyphenole, Vitamin A, C und D sowie Omega-3-Fettsäuren.



8) Bester Schutz vor Karies: Fluorid aus Zahnpasta!

Heiße Phase für Brackets & Co.

Manchmal schafft es die Natur, ein perfektes Gebiss in einen perfekten Mund zu zaubern, aber nicht immer. Zahn- und Kieferfehlstellungen kommen bei vielen Mädchen und Jungen häufiger vor.

Die gute Nachricht: Fast alle Zahn- und Kieferfehlstellungen sind von einem Fachzahnarzt für Kieferorthopädie korrigierbar.

Die schlechte Nachricht: Nicht für alle übernehmen die gesetzlichen Krankenkassen die Kosten.

Die meisten kieferorthopädischen Behandlungen starten mit dem Beginn des Wechsels der Seitenzähne (zweite Wechselgebissphase), also zwischen dem neunten und 13. Lebensjahr. In vielen Fällen kommt zunächst eine abnehmbare Spange zum Einsatz. Oft schließt sich daran eine Behandlung mit der festsitzenden Apparatur an („feste Spange“, „Brackets“, Multiband-Apparatur).

Kieferorthopäden begleiten Jugendliche über mehrere Jahre und sehen sie dabei regelmäßig. Neben der fachlichen Arbeit haben sie häufig auch eine psychologische Betreuungsaufgabe in dieser Entwicklungsphase der Jugend-



lichen zu leisten. Da Jugendliche in der Pubertät alles hinterfragen, sollte man sie in die Planung der Behandlung einbeziehen und ihnen diese umfassend erklären. Viele Punkte müssen vor und während einer kieferorthopädischen Behandlung bedacht werden.

Soziale Medien und Mobbing

Mädchen haben besonders in dieser Entwicklungsphase Probleme mit ihrem äußeren Erscheinungsbild. Manchmal ziehen sie sich auch wegen ihrer körperlichen Veränderungen von den Familienmitgliedern zurück. Besonders durch falsche Vorbilder in den sozialen Medien muss man an die Möglichkeit des Mobbings denken. Viele Kinder trauen sich zu Hause nicht zu

erzählen, dass sie gemobbt werden. Für die schlechte Mitarbeit eines pubertierenden Teenagers bei einer kieferorthopädischen Behandlung kann auch Mobbing ein Grund sein.

Vertrauen ist das A und O:

Bis zum perfekten Gebiss ist es ein langer Weg. Nur durch den Aufbau eines Vertrauensverhältnisses zwischen dem jugendlichen Patienten und dem behandelnden Kieferorthopäden kann ein funktionell sicheres Ergebnis der Behandlung erreicht werden. Ist über den längeren Behandlungsverlauf dieses Vertrauen da, berichtet manch Jugendlicher seinem Behandler eher von persönlichen Problemen als seinen Eltern.

Pimp my teeth – Brackets und Zahnpflege



Film ansehen:
<https://r.zahnrat.de/1151>





Wer sollte zum Kieferorthopäden gehen?



Film ansehen:
<https://r.zahnrat.de/1152>



Drei Fragen an einen Kieferorthopäden



Film ansehen:
<https://r.zahnrat.de/1153>



Diese Kontra-Einstellung und die spätere Einsicht in die Notwendigkeit sind unter anderem eine Folge der pubertären Entwicklung des Gehirns. Da das limbische System, welches für die Entstehung von Emotionen eine entscheidende Rolle spielt, schneller reift als der vordere Teil des Gehirns, gewinnen die Gefühle die Oberhand gegenüber der Vernunft.

Probleme:

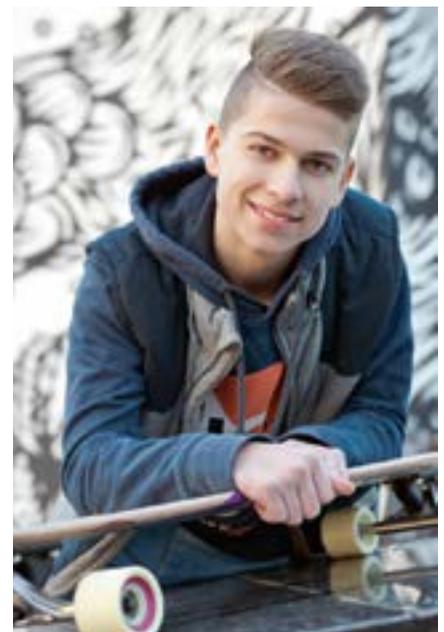
Eine kieferorthopädische Behandlung in der Pubertät wird oft von Problemen begleitet, die durch die Gehirnentwicklung und den damit verbundenen pubertären Verhaltensweisen begründet sind. Dazu gehören

- schlechte Mundhygiene,
- unzuverlässiges Tragen von herausnehmbaren Geräten,
- zahnunfreundliche Ernährung
- und dass Eltern keinen positiven Einfluss mehr nehmen können.

Manchmal ist es hier nützlich, jugendliche Idole, wie Beauty-Influencer oder -Blogger, als Beispiel für eine sehr gute Zahnpflege zu zeigen. Einige Jugendliche fühlen sich dadurch animiert, ihnen nachzueifern.

Ausnahmen bestätigen die Regel – Sport hilft

Herausnehmbare Geräte werden in der Regel unzuverlässig ständig getragen. Das heißt aber nicht, dass dies generell so ist. Viele Jugendliche, die sportlich aktiv sind, erweisen sich in der Praxis sehr zuverlässig im Tragen der herausnehmbaren Spangen.



Sportliche Jugendliche achten im Allgemeinen auch auf ihre Zahngesundheit und tragen beispielsweise ihre Spangen sehr regelmäßig.

Warum? Wieso? Weshalb?

Der Erfolg einer kieferorthopädischen Behandlung hängt oftmals davon ab, weshalb sie begonnen wird.

Ist der Jugendliche bereits zu Beginn gegen eine kieferorthopädische Behandlung, aber die Eltern bestehen darauf, ist der Misserfolg schon vorprogrammiert. Dann ist es oft günstiger, in diesen Fällen abzuwarten.

Wenn eine gesundheitliche Indikation für die Behandlung besteht, kommt der Jugendliche nach einiger Zeit selbst zur Einsicht, dass es sinnvoll ist, eine Behandlung durchzuführen.

Zahnspangen und Brackets wirken durch die Zahn- und Kieferregulierung auf die gesamte gesunde Entwicklung des weiteren Erwachsenenlebens ein. Denn der richtige Biss ermöglicht die korrekte Körperhaltung und ein optimales Kauen, welches der Ausgangspunkt für die gute Versorgung des Körpers mit Nährstoffen ist. Das alles klappt aber nur, wenn Brackets und Spange auch über Monate oder Jahre hinweg gepflegt werden. Und das wiederum erfordert von jungen Menschen echte Disziplin.

Mundpflege – alles neu mit Spange?

Was bleibt?

Vertraute Mundhygiene aus der Kindheit bleibt bestehen:

- Die fluoridhaltige Zahnpasta ist bereits bekannt und kann weiterhin verwendet werden.
- Vielleicht gibt es auch schon fluoridhaltige Gelees oder Mundspülungen. Die sollten weiter im Pflegeprogramm bleiben.
- Die herkömmliche Zahnbürste – mit ihr werden weiterhin die Kauflächen und die Zahnflächen ohne Brackets geputzt. Die darf man natürlich nicht vergessen!
- Nach jedem Essen den Mund mit Wasser kräftig ausspülen und so die Speisereste entfernen.

Was ist neu?

Für die neuen „Sachen“ im Mund gilt:

- Zusätzlich eine Zahnbürste mit schmalen Borstenfeld – damit werden die Brackets selbst geputzt und man gelangt unter den Draht an den Zahn.
- Interdental- und Einbüschelbürsten

für schwer zugängliche Stellen wie Zahnzwischenräume sowie zwischen Bändern, Brackets und Bögen.

- Flauschzahnbürste oder dünne Interdentalbürstchen – mit ihnen gelingt es, vor dem Schlafengehen besonders schwer zu erreichende Zwischenräume zu säubern. Soft- oder Easypicks gehen auch.

Alles im Blick

Auch wenn die Pflege perfekt ist, so müssen doch noch ein paar Sachen beachtet werden:

- Kontrolltermine beim Zahnarzt und/oder Kieferorthopäden unbedingt einhalten
- bei Schäden an Brackets oder lockeren Bögen gleich einen Termin vereinbaren
- Die Krankenkasse passt auf: Wer zwei Kontrolltermine auslässt, setzt die Erstattung des Eigenanteils für die kieferorthopädische Behandlung aufs Spiel!

Bleaching für jugendliche Zähne – must have oder nicht?

So unterschiedlich das Image der Beauty-Influencer und -Blogger, so einheitlich das blendend weiße Lächeln. Und damit sind sie Vorbild für ihre jungen Fans. Mit weißen Zähnen dank Bleaching fühlen sich Pubertierende dem Glamour etwas näher. Aber braucht man das wirklich?

Junge Zähne sind weiß

Gesunde Zähne von jungen Menschen sind natürlich hell. Erst der Konsum von Genussmitteln, wie Kaffee, Tee, Zigaretten oder Rotwein, verfärbt den Zahnschmelz. Durch sie werden Farbpigmente in diesen eingelagert. Bleaching entfärbt die Pigmente und

lässt die Zahnoberfläche heller erscheinen. Insofern ist ein Bleaching für Jungen und Mädchen nicht notwendig.

Regelmäßige Zahnpflege, Besuch der Vorsorgeuntersuchungen sowie die professionelle Zahnreinigung reichen für ein natürlich strahlendes Lächeln vollkommen aus.

Piercings und Zahnschmuck – nur mit dem OK vom Zahnarzt!

Es gibt ihn immer noch – den Zahnschmuck: Grillz, Dazzler, Skyces, Rap-Caps, Twinkles oder Zahn-Tattoos. Hinzu kommen Zungen-, Lippen- oder Wangenpiercings.

Zahn- und Zungenschmuck und Piercing

Der Zahn- oder Zungenschmuck ist ein Fremdkörper. Unsachgemäß angebracht, kann er die Zähne und somit auch die Zahnregulierung beschädigen. Ist der Zahnschmuck schon da, wird der Zahnarzt oder die Zahnärztin entscheiden, ob dieser bleiben kann. Und auch andersrum sollte zunächst der zahnmedizinische Rat eingeholt werden.

Extra Schmuck – extra Pflege

So ein Piercing oder ein blinkender Kleber auf dem Zahn erfordert sorgfältige Pflege. Wie bei der festen Spange erhöht sich die Ablagefläche für Beläge und somit für die Bildung von schädlichen Bakterien. Deshalb müssen Träger von Zahnschmuck besonders auf ihre Mundhygiene achten.

Dran denken

Geht ein Piercing durch die Wange oder Lippe nach außen, läuft ein dünner Film von Speichel immer durch die Perforation – man ist nie ganz „dicht“.

Und wie geht das mit der Liebe und den Zähnen?

Erst ein Blick, dann ein Lächeln und dann sogar der erste Kuss? Auch in Zeiten von digitalen Datingportalen sind urmenschliche Empfindungen aktuell: Der erste Eindruck ist entscheidend für einen Flirt oder die große Liebe – gepflegte Zähne und guter Atem gehören dazu.

Junge Menschen, die Nähe auch wirklich genießen wollen, sollten an den guten Gewohnheiten aus Kindertagen einfach festhalten:

- Zweimal täglich die Zähne mit einer fluoridhaltigen Zahnpasta säubern.
- Zahnseide und/oder Zahnzwischenraumbürste benutzen.
- Mundgeruch hat weniger Chance, wenn außerdem die Zunge gereinigt wird.

In der Zahnarztpraxis

Auch wenn der eine oder andere glaubt, „Dr. Google“ weiß alles – die beste Adresse für gesunde Zähne ist immer noch die Zahnarztpraxis vor Ort mit dem Zahnarzt des Vertrauens und dem gut ausgebildeten und ständig geschultem Personal. Sie beraten, informieren und behandeln immer nach dem aktuellen wissenschaftlichen Standard.



Kleiner Tipp am Rande

Bleibt man über Nacht, gehören zur körperlichen Liebe im Grunde nicht nur Kondome, sondern auch eine Reisezahnbürste. Eine zweite Zahnbürste ist überhaupt bei jeglichen Treffs mit Übernachtung zu empfehlen.



Mit sauberen Zähnen und Brackets flirtet es sich gleich viel leichter

Die gesetzlichen Krankenkassen

Auch den Krankenkassen liegt die Mundgesundheit ihrer Versicherten am Herzen. Vom sechsten bis vollendetem 17. Lebensjahr übernimmt die Krankenkasse die Kosten für:

- zwei Kontrolltermine beim Zahnarzt pro Jahr,
- zwei individualprophylaktische Behandlungen inklusive Mundhygienestatus und Fluoridierung pro Jahr,
- alle Fissurenversiegelungen der großen Backenzähne zur Vorbeugung von Karies.

Auf Nachfrage erstatten auch viele Krankenkassen die Kosten für eine professionelle Zahnreinigung, welche gerade bei Brackets sehr sinnvoll ist.

Und die Eltern?

Auch wenn Eltern in der Regel nicht unbedingt die Idole ihrer heranwachsenden Kinder sind, so ist es für eine gute Argumentationsposition dennoch wichtig, dass Sie als Eltern selbst vorbildlich mit Ihrer Mund- und Zahnhygiene umgehen.



Das Wichtigste noch einmal auf einen Blick:

- Im Alter von 15 Jahren sind die bleibenden Zähne komplett sichtbar, stehen aber sehr eng beieinander. Darum: Alle Zähne gründlich putzen und für schwierige Stellen Zahnseide oder Bürstchen verwenden.
- Gepflegte Zähne und frischer Atem stärken das Selbstbewusstsein in emotional schwierigen Zeiten.
- Fast-Food, Soft- und Energy-Drinks schaden den Zähnen und der Gesundheit.
- Brackets und Zahnspangen brauchen viel Pflege, viel Disziplin sowie verschiedene, abgestimmte Putz-utensilien
- Piercings und Zahnschmuck: Ob sie sich mit der Zahnregulierung vertragen, müssen Zahnarzt oder Kieferorthopäde entscheiden.

Mit überzeugenden Argumenten und Verhaltensweisen wie diesen und einer vorsichtigen Ansprache können Sie zu Ihrem Teenager durchdringen und ihn sicherlich erfolgreich dazu bewegen, die Mundgesundheit nicht schleifen zu lassen. Eine Zahnlucke war schließlich noch niemals in Mode und hilft auch ganz sicher nicht, um bei seinem ersten Schwarm zu punkten.

Die Zeit der Pubertät ist eine echte Nervenprobe für alle Beteiligten. Eltern, die die musikalischen Exzesse oder die modischen Eigenarten ihres Nachwuchses gelassen nehmen, setzen an der richtigen Stelle an. Die Playlist lässt sich in Sekundenschnelle ändern, die Lautstärke runterregeln, gefärbte Haare wachsen einfach raus. Aber beschädigte Zähne lassen sich nicht so einfach ersetzen!

Damit ist das richtige Motto für den jungen Lebensstil: Gesund im Mund und außen individuell.



Bestellungen

über www.zahnrat.de oder den Verlag **Satztechnik Meißen GmbH**
Am Sand 1c, Diera-Zehren OT Nieschütz
Telefon 03525 71860, www.satztechnik-meissen.de
Versandkosten (zzgl. 7 % MwSt.)

Menge	Preis/Bestellung	Versand	Gesamt
10 Exemplare	2,90 €	2,60 €	5,50 €
20 Exemplare	5,80 €	3,50 €	9,30 €
30 Exemplare	8,70 €	5,00 €	13,70 €
40 Exemplare	11,60 €	8,50 €	19,60 €
50 Exemplare	13,00 €	8,50 €	21,50 €

ISSN 1435-2508
Nachbestellungen der Patienteninformation sind über den Verlag möglich.
Telefon 03525 71860, Telefax 03525 718612
E-Mail: m.palmen@satztechnik-meissen.de
www.zahnrat.de

Herausgeber:
Landes Zahnärztekammer Brandenburg
Zahnärztekammer Niedersachsen
Landes Zahnärztekammer Sachsen
Zahnärztekammer und Kassenzahnärztliche
Vereinigung Sachsen-Anhalt
Landes Zahnärztekammer Thüringen

Verlag:
Satztechnik Meißen GmbH,
Am Sand 1c, 01665 Nieschütz bei Meißen
Telefon 03525 71860, Telefax 03525 718612
E-Mail: zentrale@satztechnik-meissen.de
www.satztechnik-meissen.de

Verantwortlich i. S. des Presserechts:
Dipl.-Stom. Bettina Suchan,
Vizepräsidentin der Landes Zahnärztekammer Brandenburg

Autoren:
Dipl.-Stom. Bettina Suchan, Dr. Benno Damm

Redaktion:
Jana Zadow-Dorr, Landes Zahnärztekammer Brandenburg

Bildquellen:
proDente e.V./Johann Peter Kierzkowski, Titelfoto: Tatyana - stock.adobe.com

Anzeigen, Gesamtherstellung, Druck und Versand:
Satztechnik Meißen GmbH, Am Sand 1c, 01665 Nieschütz bei Meißen

Die Patienteninformation und alle in ihr enthaltenen einzelnen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Bei allen Bezeichnungen, die auf Personen bezogen sind, meint die gewählte Formulierung männlich/weiblich/divers, auch wenn aus Gründen der leichteren Lesbarkeit die männliche/weibliche Form steht.

© Landes Zahnärztekammer Sachsen



Flemming Mundschutz Sicher mit Playsafe®

Der Mund- oder Zahnschutz dient zur Vorbeugung von sportbedingten Zahn-, Mund- und Kieferverletzungen. Bis zu 40 % aller Zahn- und Mundverletzungen gehen auf sportliche Aktivitäten zurück. Dabei sind zu etwa 80 % die Frontzähne betroffen. Als verantwortungsbewusster Sportler oder bei Kindern als verantwortungsbewusste Eltern, Betreuer oder Trainer sollten Sie sich oder Ihre Kinder hiervon weitestgehend schützen.

In über 30 Farben möglich

Nach Absprache mit Ihrer Zahnärztin/Ihrem Zahnarzt können Sie Ihren Sportschutz mit über 30 Farbvarianten individuell gestalten.

Interessiert? Ihre Zahnärztin/Ihr Zahnarzt berät Sie gern!

