

# Inhaltsverzeichnis

## ort = stadt-stadtteil

Seiten	Titel	Speichern unter
2-3	Anmeldung	anmeldung_zahnarzt_augsburg
4	Checkliste für Neupatienten	checkliste_zahnarzt_augsburg
5-6	So bleiben die Zähne Ihrer Kinder gesund	gesunde_kinderzaehne_zahnarzt_augsburg
7-8	PZR: Wirksamer Schutz vor Karies, Parodontitis und ...	pzr_zahnreinigung_zahnarzt_augsburg
9	Mundgeruch: Ein heikles Thema	mundgeruch_halitose_zahnarzt_augsburg
10-11	Bleaching: Wie Zähne wieder weiß werden	bleaching_zahnaufhellung_zahnarzt_augsburg
12	Veneers: Hollywood-Smile	veneers_zahnarzt_augsburg
13	Keramik-Füllungen	keramik-fuellung_zahnarzt_augsburg
14	Wurzelbehandlung: Eigene Zähne erhalten	wurzelbehandlung_zahnarzt_augsburg
15-16	Wurzelbehandlung: Eigene Zähne erhalten (Überweiser)	endo_wurzelbehandlung_zahnarzt_augsburg
17-18	Parodontitis: Ursachen, Risiken und Behandlung	Parodontitis_behandlung_zahnarzt_augsburg
19-20	Was Sie über Zahnimplantate wissen sollten	implantat_zahnarzt_augsburg
21	So sitzen Ihre „Dritten“ wieder fest wie eigene Zähne	implantat_zahnersatz_zahnarzt_augsburg
22-23	CMD: Zähneknirschen und seine gesundheitlichen Folgen	kiefergelenk_cmd_zahnarzt_augsburg
24-25	Laser-Behandlung: Schmerzarm und blutungsfrei	laser_behandlung_zahnarzt_augsburg
26-27	Zahnzusatzversicherung	zahnzusatzversicherung_zahnarzt_augsburg
28	Urlaub-Checkliste	urlaubcheckliste_zahnarzt_augsburg
29-30	Berufsausbildung Zahnmedizinische Fachangestellte	ausbildung_zfa_zahnarzt_augsburg

**Split-Info:** 2-3;4;5-6;7-8;9;10-11;12;13;14;15-16;17-18;19-20;21;22-23;24-25;26-27;28;29-30

Wir freuen uns, dass Sie sich für unsere Praxis entschieden haben!

## Patient

Name: \_\_\_\_\_

Vorname/Titel: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Geb.-Datum: \_\_\_\_\_

Beruf: \_\_\_\_\_

Arbeitgeber: \_\_\_\_\_

Krankenkasse: \_\_\_\_\_

Hausarzt: \_\_\_\_\_

Telefon privat: \_\_\_\_\_

Handy: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Telefon Arbeit: \_\_\_\_\_

Haben Sie der EPA zugestimmt?  Ja  Nein  
(Elektronische Patientenakte)

## Versicherter (Eltern, Ehegatte)

*(nur ausfüllen, falls anders als unter „Patient“ angegeben)*

Name: \_\_\_\_\_

Vorname/Titel: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Geb.-Datum: \_\_\_\_\_

Beruf: \_\_\_\_\_

Arbeitgeber: \_\_\_\_\_

Telefon privat: \_\_\_\_\_

## Versicherungsverhältnis

- Gesetzlich versichert
- Privat versichert
- Zum Basistarif privat versichert
- Beihilfeberechtigt
- Private Zusatzversicherung

## Grund meines Zahnarztbesuchs

- Kontrolluntersuchung
- Zahnschmerzen
- Zahnlockerungen
- Zahnfleischbluten
- Fehlende Zähne
- Probleme mit Zahnersatz
- Neuer Zahnersatz
- Kiefergelenksprobleme
- Zähneknirschen
- Sonstiges:

## Wie sind Sie auf unsere Praxis gekommen?

- Empfehlung durch \_\_\_\_\_  
(bitte Namen nennen):
- Internet
- Social Media
- Sonstiges:

Um Ihnen lange Wartezeiten zu ersparen, wird unsere Praxis nach dem Bestellsystem geführt. Das bedeutet, dass wir die vereinbarte Behandlungszeit für Sie reservieren. Das heißt auch, dass die Praxis eventuell stillsteht, wenn Sie einen Termin nicht einhalten.

Wir bitten Sie daher herzlich, Termine mindestens **einen Arbeitstag / 24 Stunden** vorher abzusagen, wenn Sie diese nicht einhalten können.

Unterbleibt eine rechtzeitige Absage, verpflichtet sich der Patient für den Ausfall des Termins eine Ausfallpauschale in Höhe von **50,- Euro pro angefangene 30 Minuten** (gemäß §615 BGB) zu bezahlen.

Bei kurzfristiger, unverschuldeter Verhinderung des Patienten kann eine Absage auch kurzfristig vor dem Behandlungstermin erfolgen. Der Verhinderungsgrund ist der Zahnarztpraxis nachzuweisen.

X

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift Patient/gesetzlicher Vertreter

Weiter auf Seite 2



## Angaben zu Ihrem Gesundheitszustand

**Krankheiten, Allergien und die Einnahme bestimmter Medikamente** können Auswirkungen auf die zahnärztliche Behandlung haben. Bitte machen Sie nachfolgend genaue Angaben zu Ihrem Gesundheitszustand, damit wir Ihre Behandlung darauf abstimmen können. Falls vorhanden, bringen Sie bitte Ihren **Allergie-Pass** zu Ihrem ersten Termin mit. Falls Sie laufend oder zur Zeit **Medikamente** einnehmen, tragen Sie bitte auch diese unten ein. Vielen Dank!

### Für Patientinnen: Sind Sie schwanger?

Nein  Ja: In welchem Monat?

### Rauchen Sie?

Nein  Ja: Wie viel?

### Nehmen Sie blutverdünnende Medikamente ein?

Nein  Ja, und zwar:  
 Marcumar  Herz-ASS  Eliquis  Pradaxa  Xarelto  
 Sonstige:

### Nehmen Sie regelmäßig andere Medikamente ein?

Nein  Ja, und zwar

### Nehmen Sie sog. Bisphosphonate gegen Krebs oder Osteoporose?

Nein  Ja, und zwar

### Haben Sie Allergien?

Nein  Ja, und zwar gegen

### Erkrankungen

- |   |   |  |
|---|---|--|
| <input type="checkbox"/> Blutdruck <input type="checkbox"/> hoch <input type="checkbox"/> niedrig | <input type="checkbox"/> Immunerkrankungen (z.B. HIV)             | <input type="checkbox"/> Drogenabhängigkeit      |
| <input type="checkbox"/> Herzklappenersatz  | <input type="checkbox"/> Wundheilungsstörungen                    | <input type="checkbox"/> Nervenerkrankungen      |
| <input type="checkbox"/> Endokarditis   | <input type="checkbox"/> Knochenmarks-Erkrankungen                | <input type="checkbox"/> Depressionen/Psychosen  |
| <input type="checkbox"/> Herz-Operationen   | <input type="checkbox"/> Frühere Bestrahlungen des Kieferknochens | <input type="checkbox"/> Lebererkrankungen       |
| <input type="checkbox"/> Herz-Schrittmacher   | <input type="checkbox"/> Osteoporose                              | <input type="checkbox"/> Nierenerkrankungen      |
| <input type="checkbox"/> Herzinfarkt  | <input type="checkbox"/> Tumorerkrankungen                        | <input type="checkbox"/> Epilepsie               |
| <input type="checkbox"/> Diabetes (Zuckerkrankheit)   | <input type="checkbox"/> Frühere Parodontitis-Behandlung          | <input type="checkbox"/> Magen-Darm-Erkrankungen |
| <input type="checkbox"/> Schlaganfall   | <input type="checkbox"/> Asthma/Lungenkrankheit                   | <input type="checkbox"/> Hepatitis. Welche?      |
| <input type="checkbox"/> Störungen der Blutgerinnung  |   |  |

### Sonstige Erkrankungen Welche?

### Service für Sie: Termin-Erinnerung (Recall)

Mit unserem Recall-System erinnern wir Sie bzw. Ihr Kind an Ihre regelmäßigen Kontrolltermine in unserer Praxis:

- Ich wünsche keine Termin-Erinnerung (Recall).  
 Ich möchte an notwendige Kontrolltermine erinnert werden.  
 Per Post  
 Per E-Mail: \_\_\_\_\_  
(E-Mailadresse)

Die Teilnahme ist freiwillig und kann jederzeit von mir widerrufen werden.

### Hinweis zum Datenschutz nach DSGVO:

Mit Ihrer Unterschrift auf dieser Seite willigen Sie in die Speicherung und Weiterverarbeitung Ihrer Daten ausschließlich zum Zweck Ihrer zahnärztlichen Behandlung ein. Die Informationen zur Erhebung personenbezogener Daten sind in unserer Praxis einsehbar.

Ich bestätige die Richtigkeit der hier gemachten Angaben.

X

\_\_\_\_\_  
(Datum)

\_\_\_\_\_  
(Unterschrift)



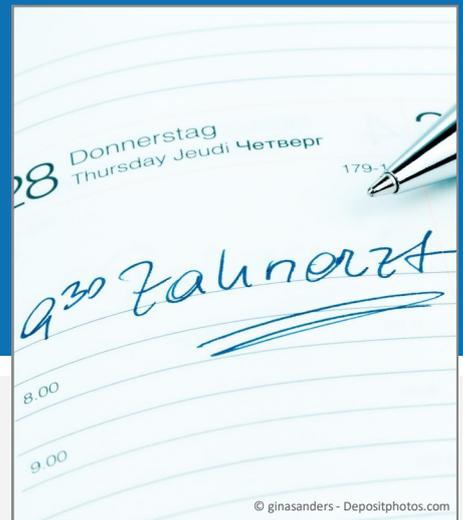
Damit Sie bei Ihrem ersten Praxis-Besuch nichts vergessen

# Checkliste für Neupatienten

Die wichtigsten Tipps auf einen Blick

Vielen Dank, dass Sie sich für unsere Praxis entschieden haben. Wir schätzen Ihr Vertrauen und werden alles daran setzen, dass Sie mit uns zufrieden sind. Bitte lesen Sie die folgende Checkliste aufmerksam durch, damit Sie alles Notwendige dabei haben, wenn Sie uns zum ersten Mal besuchen. Das erspart Ihnen und uns unnötige Nachfragen. Falls Sie vorab noch Fragen haben: Zögern Sie nicht, uns anzurufen!

Wir kümmern uns gerne um Ihr Anliegen und nehmen uns Zeit für Sie.



Damit Sie bei Ihrem ersten Termin  
bei uns nichts vergessen.

## Anmeldebogen

Bitte bringen Sie den ausgefüllten Anmeldebogen zu Ihrem ersten Besuch mit.

Falls Sie diesen nicht von uns zugeschickt bekommen haben, können Sie ihn von unserer Homepage herunterladen und ausdrucken. Selbstverständlich erhalten Sie ihn auch bei uns in der Praxis.

Der Anmeldebogen enthält Ihre persönlichen Daten und Angaben zu Ihrem Gesundheitszustand. Sie können darin auch Ihre Wünsche für die zahnärztliche Behandlung angeben.

Wenn Sie mit Ihrem Partner und/oder mit Ihren Kindern kommen, füllen Sie bitte für jeden Einzelnen einen Bogen aus. Danke!

## Medikamenten-Liste

Wenn Sie momentan oder regelmäßig Medikamente einnehmen, sollten wir das wissen.

Bitte fertigen Sie eine Liste Ihrer Medikamente an und bringen Sie diese mit. Bei schwerwiegenden und chronischen Erkrankungen, bitten wir Sie, die Beipackzettel Ihrer Medikamente mitzubringen.

Wir wollen sicher sein, dass es zu keinen unerwünschten Wechselwirkungen kommt.

## Allergie-Pass

Falls Sie an Allergien leiden, haben Sie von Ihrem Arzt einen solchen Pass bekommen. Bitte bringen Sie diesen mit, damit wir Ihre Allergien bei der zahnärztlichen Behandlung berücksichtigen können.

## Röntgen-Pass

Falls Sie einen solchen besitzen, bringen Sie auch diesen mit, damit wir eventuell notwendige Röntgen-Aufnahmen eintragen können. Wenn Sie keinen haben, erstellen wir Ihnen kostenlos und gerne einen neuen.

## Röntgen-Aufnahmen

Wenn innerhalb der letzten beiden Jahre Röntgen-Bilder Ihrer Zähne gemacht worden sind, sollten Sie uns auch diese mitbringen. Bitte fragen Sie Ihren bisherigen Zahnarzt danach. Er kann sie uns auch ggf. zuschicken.

## Implantat-Pass

Falls Sie schon Zahnimplantate haben und einen Implantat-Pass besitzen, bringen Sie diesen ebenfalls mit.

## Wenn Sie gesetzlich versichert sind:

Legen Sie uns bitte Ihre **Versichertenkarte** vor. Bitte prüfen Sie vorab, ob diese noch gültig ist. Beantragen Sie ggf. eine neue Karte bei Ihrer Krankenkasse.

Bringen Sie auch Ihr **Bonusheft** mit, damit wir Ihre Kontrolluntersuchung bestätigen können. Das Bonusheft hat nach wie vor Gültigkeit und kann bares Geld für Sie wert sein, falls Sie Zahnersatz benötigen.

*Falls Sie mit Ihrem Kleinkind zu uns kommen:*

## Das gelbe Kinderuntersuchungsheft

Bei Kindern zwischen dem 6. und 24. Lebensmonat (U5—U7) wird der Kinderarzt Sie bei Auffälligkeiten im Bereich der Schleimhaut, der Zähne und des Kieferwachstums Ihres Kindes zum Zahnarzt verweisen.

Im Zeitraum vom 30. bis 72. Lebensmonat sollten Sie zur zahnärztlichen Früherkennungsuntersuchung (U7a bis U9) den Zahnarzt aufsuchen. In diesen Fällen bringen Sie bitte das Gelbe Heft (Kinderuntersuchungsheft) mit.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Wollen Sie Ihren Kindern Zahnprobleme ersparen?

# So bleiben die Zähne Ihrer Kinder gesund!

Was Sie und wir für die Zahngesundheit Ihrer Kinder tun können

Liebe Eltern! Bereits die ersten Lebensjahre sind entscheidend für ein gesundes Gebiss. Wenn hier die Weichen richtig gestellt werden, können Ihre Kinder ein Leben lang gesunde Zähne behalten und schmerzliche Erfahrungen mit dem „Zahnarztbohrer“ vermeiden.

Lesen Sie hier, warum gesunde Zähne so wichtig für die positive Entwicklung Ihrer Kinder sind und mit welchen Maßnahmen wir dieses Ziel gemeinsam erreichen. Ihre Kinder werden es Ihnen einmal danken, dass Sie so um ihre Zahngesundheit besorgt waren.



Früh übt sich: Richtige Mundpflege schon ab dem ersten Zahn. Wir zeigen Ihren Kindern, wie es geht.

## Milchzähne

In den ersten drei Lebensjahren Ihres Kindes brechen die Milchzähne durch. Sie bleiben zum Teil bis etwa zum 12. Lebensjahr im Mund und brauchen besonderen Schutz: Der Schmelz der Milchzähne ist weicher als der von bleibenden Zähnen und daher anfälliger für Karies (Zahnfäule). Aber nicht nur das: Wenn erst einmal eine Karies entstanden ist, verläuft sie viel schneller als bei bleibenden Zähnen.

Das kann dazu führen, dass ein Milchzahn innerhalb weniger Monate vollständig verfault. Deshalb ist es wichtig, dass Sie die Zähne Ihres Kindes regelmäßig **alle 6 Monate** untersuchen lassen - bei Kindern mit hoher Karies-Anfälligkeit besser vierjährlich.

Wenn eine Milchzahn-Karies rechtzeitig entdeckt wird, kann sie relativ einfach behandelt werden. Wenn sie lange Zeit unentdeckt blieb, führt sie zur völligen Zerstörung des Zahnes mit Vereiterungen, Schwellungen und Schmerzen. Solche zerstörten Zähne können oft nur noch entfernt werden.

Kranke und vereiterte Zähne beeinträchtigen die Gesundheit Ihres Kindes. Zahnlücken führen dazu, dass es zu Verschiebungen der Zähne kommt, die oft spätere kieferorthopädische Behandlungen mit entsprechenden Kosten notwendig machen. Ersparen Sie Ihrem Kind diese Erfahrungen, indem Sie seine Zähne regelmäßig untersuchen und es an unserem **Prophylaxe-Programm** teilnehmen lassen!

## Wechselgebiss

Zwischen dem 6. und 12. Lebensjahr sind sowohl Milch- als auch bleibende Zähne im Mund Ihres Kindes. Ab etwa dem 6. Lebensjahr brechen die ersten bleibenden Schneidezähne und die ersten bleibenden Backenzähne durch.

Diese frisch durchtretenden Zähne bedürfen eines besonderen Schutzes, weil ihr Schmelz am Anfang noch nicht ausgereift und deshalb anfällig für Karies ist. Wie diese Schutzmaßnahmen aussehen, erfahren Sie weiter unten, wenn es um die wirksame Vorsorge gegen Zahnschäden geht.

Auch hier ist es wichtig, das Gebiss Ihres Kindes regelmäßig zu untersuchen. Nicht nur, um Zahnschäden rechtzeitig zu erkennen, sondern auch um **Zahn-Fehlstellungen** diagnostizieren und rechtzeitig kieferorthopädisch behandeln zu können.

## Bleibendes Gebiss

Wenn mit etwa 12 Jahren die letzten Milchzähne ausgefallen sind, sprechen wir vom bleibenden Gebiss. Das sind die Zähne, mit denen Ihr Kind ein ganzes Leben lang auskommen muss.

Anders als früher wissen wir heute, dass es möglich ist, ein Leben lang gesunde und feste Zähne zu erhalten:

Durch regelmäßige und gründliche Zahnpflege, zahngesunde Ernährung, regelmäßige Kontrolluntersuchungen und durch Professionelle Prophylaxe in der Zahnarztpraxis.

## Wie entsteht Karies?

Karies entsteht durch **Säureeinwirkung** auf die Zähne. Diese Säuren entstehen durch die Umwandlung von **Zucker** durch bestimmte Mundbakterien. Deshalb ist es wichtig, nicht nur den Zuckerkonsum so weit wie möglich einzuschränken, sondern auch die Säure bildenden Bakterien im Mund zu vermindern. Aber auch **Säuren aus Nahrungsmitteln** (Zitrusfrüchte, Fruchtsäfte und die Zitronensäure aus Fertignahrung) fressen regelrechte Löcher in die Zähne.

## Schutz vor Karies!

Der beste Schutz für die Zähne Ihres Kindes besteht darin, dass Sie diese erst gar nicht den Säureangriffen aussetzen: Gewöhnen Sie Ihr Kind rechtzeitig an eine weitgehend zuckerfreie Ernährung. Lassen Sie es nicht zu lange an Flaschen mit Fruchtsäften nuckeln und verdünnen Sie diese mit Wasser. Gewöhnen Sie Ihr Kind von vorneherein an regelmäßige und gründliche Zahnpflege.



Lesen Sie weiter auf der nächsten Seite!

**B M G**  
Beata Magdalena Gregorek  
Zahnärztin in Augsburg

[www.gregorek.de](http://www.gregorek.de) und [www.zahnarzt-augsburg.de](http://www.zahnarzt-augsburg.de)

Brentanostr. 26  
86167 Augsburg  
Tel. 0821 722028



## Das Prophylaxe-Programm

Für jede Altersgruppe gibt es speziell abgestimmte Prophylaxe-Maßnahmen. Allen gemeinsam ist, dass sie mit einer ausführlichen **Beratung** beginnen: Zur zahngesunden Ernährung, zur richtigen Mundpflege und zur Wahl der wirksamsten Zahnpflegemittel.

## Kleinkinder

Bei Kindern bis zum 6. Lebensjahr führen wir die sog. **Früherkennungs-Untersuchung** durch. Diese beinhaltet:

- ✓ Die Feststellung von eventuellen Zahn-, Mund- und Kieferkrankheiten einschließlich Beratung
- ✓ Die Einschätzung des Karies-Risikos
- ✓ Ernährungs- und Mundhygiene-Beratung
- ✓ Empfehlung und ggf. Verordnung geeigneter Mittel zur Schmelzhärtung.

## Kinder und Jugendliche

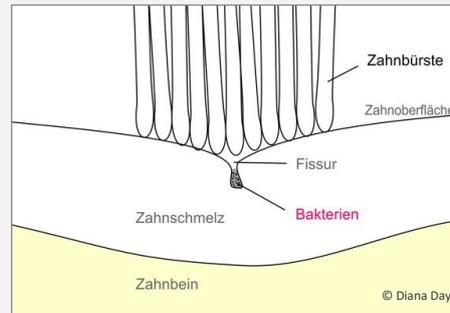
In der Phase vom 6. bis zum 18. Lebensjahr findet eine besonders intensive regelmäßige Betreuung statt:

- ✓ Dabei wird der sog. Mundhygienestatus erhoben: Die Zahnbeläge werden mit einem speziellen Mittel angefärbt, um sie gut sichtbar zu machen. So können wir Ihrem Kind im Spiegel zeigen, wo es besser putzen muss.
- ✓ Die Anzahl der Zahnflächen mit Belägen und der Stellen, an denen das Zahnfleisch bei Berührung blutet, werden notiert. Bei späteren Untersuchungen kann so festgestellt werden, ob sich das Putzverhalten gebessert hat.
- ✓ Um Ihr Kind zu motivieren und ihm das Vorgehen besser verständlich zu machen, bekommt es „Schulnoten“ für seine Putzerfolge.
- ✓ Nach dem Anfärben werden die gut sichtbaren Beläge von unseren speziell ausgebildeten Prophylaxe-Fachkräften sorgfältig entfernt und die Zahnoberflächen spiegelglatt poliert.
- ✓ Anschließend werden sämtliche Zähne mit einem hochwirksamen Schutzlack überzogen, der sie bis zu drei Monate lang vor Karies schützt.
- ✓ Und wir zeigen Ihrem Kind, wie es seine Zähne selber am besten putzt, um eine erneute Belag-Bildung zu verhindern.

## Fissuren-Versiegelung

Als Fissuren bezeichnet man die sehr feinen Grübchen auf den Kauflächen der Zähne. Vor allem bei bleibenden Backenzähnen sind diese oft so dünn, dass sie in der Tiefe nicht von den Borsten der Zahnbürste erreicht werden (siehe Abb. unten).

Deshalb bleiben diese Stellen trotz sorgfältiger Zahnpflege ungereinigt und sind häufig der Entstehungsort für Karies.



**Risiko für Backenzähne: Die Bürste kann die Vertiefungen (Fissuren) in der Kaufläche nicht reinigen**

Bei der Versiegelung werden die Fissuren mit einem hellen Kunststoff dauerhaft verschlossen, so dass an diesen Stellen keine Karies mehr entstehen kann (siehe Abb. unten).



**Schutz vor Karies: Versiegelung der feinen Grübchen auf der Kaufläche**

Diese Methode ist absolut schmerzfrei und für die Zähne unschädlich. Sie ist eine der wirksamsten Prophylaxe-Maßnahmen und wird von den gesetzlichen Krankenkassen bezahlt. Allerdings nur für Jugendliche bis zu 18 Jahren und für die großen Backenzähne.

Da auch Erwachsene und die kleinen Backenzähne Fissuren-Karies bekommen können, empfehlen wir eine Versiegelung **aller Backenzähne in jedem Lebensalter**. Diese Maßnahme ist sehr preisgünstig und eine lohnende Investition in die Zahngesundheit.

## Prophylaxe wirkt!

Regelmäßig durchgeführte Prophylaxe-Maßnahmen schützen Kinder und Erwachsene vor Karies und Parodontitis.

**Lassen Sie deshalb Ihre Zähne und die Ihrer Kinder mindestens halbjährlich vom Zahnarzt untersuchen!**

Lassen Sie Ihre Kinder ebenfalls halbjährlich an den Prophylaxe-Maßnahmen teilnehmen. Natürlich kann beides jeweils an einem Termin durchgeführt werden.

Weisen Sie einfach bei der telefonischen Terminvereinbarung darauf hin, dass Sie neben der Untersuchung auch Prophylaxe für Ihre Kinder wünschen. Wir reservieren dann die erforderliche Zeit dafür.

## Prophylaxe ist Kassenleistung!

**Die meisten Prophylaxe-Maßnahmen für Jugendliche bis zum 18. Lebensjahr werden von den privaten und gesetzlichen Krankenkassen übernommen.**

Falls darüber hinaus zusätzliche Maßnahmen erforderlich sind, beraten wir Sie gerne dazu.

Es gibt also keinen Grund, warum Sie auf Prophylaxe für Ihre Kinder verzichten sollten.



**Bei der Prophylaxe lernen Ihre Kinder die richtige Zahnpflege.**



# Professionelle Zahnreinigung

Warum immer mehr Menschen Ihre Zähne regelmäßig von Profis reinigen lassen

Bakterielle Zahnbeläge können Karies, Parodontitis und Mundgeruch verursachen. Und sie können zu ernsthaften gesundheitlichen Problemen führen. Selbst bei sehr guter häuslicher Mundpflege bleiben ca. 30 Prozent der Zahnoberflächen nicht geputzt, weil sie von Zahnbürste und Zahnseide nicht erreicht werden.

Lesen Sie hier, wie Sie Ihre Zähne und Ihr Zahnfleisch ein Leben lang gesund erhalten und Zahnfleischbluten und Mundgeruch vermeiden können!



Gesunde Zähne in jedem Lebensalter mit regelmäßiger Professioneller Zahnreinigung.

## Zahnbeläge und ihre Folgen

Wer möchte das nicht: Selbstsicher und strahlend reden und lachen können. Ohne Angst vor Mundgeruch oder störenden Zahnbelägen?

Auch wer seine Zähne regelmäßig und sorgfältig putzt, erreicht nicht alle Zahnoberflächen. Das sind vor allem die Stellen unter dem Zahnfleisch, in manchen Zahnzwischenräumen und die sehr feinen Grübchen auf den Kauflächen.



Zahnreinigung mit Pulverstrahlgerät

An diesen Stellen bilden sich bakterielle Beläge, die zu **Zahnfleischbluten**, **Parodontitis (Zahnbetterkrankung)**, **Karies (Zahnfäule)** und **Mundgeruch** führen können.

## Risiko Herzinfarkt und Schlaganfall

Bakterien aus diesen Belägen gelangen in den Körper. Vor allem bei schweren Zahnfleischerkrankungen (Parodontitis) steigt dadurch das Risiko für **Herzinfarkt** und **Schlaganfall** um das bis zu Vierfache\*.

## Weitere Gesundheits-Risiken

- ✓ Es besteht ein höheres Risiko für **Gelenk-Erkrankungen (Rheumatoide Arthritis)\*\***.
- ✓ Bei **Schwangeren erhöht sich das Risiko einer Frühgeburt mit verringertem Geburtsgewicht\*\*\***.
- ✓ **Implantate (künstliche Gelenke, Herzklappenersatz) können infiziert werden\*\***.

## Übertragung von Bakterien

Ein besonderes Problem stellt die Übertragung von Mundbakterien zwischen Müttern und **Kleinkindern** dar: Eine Mutter, die beim Füttern Ihres Babys vorher am Löffel nippt oder die den Schnuller in den Mund nimmt, bevor sie ihn dem Baby gibt, überträgt ihre Bakterien auf das Kind. Damit kann der Grundstein für spätere Zahnerkrankungen des Kindes gelegt sein.

## Raucher- und Teebeläge

Neben den gefährlichen bakteriellen Belägen gib es noch solche, die durch **Rauchen** oder **Tee** verursacht werden. Wie man auch diese hartnäckigen und optisch störenden Beläge entfernen kann, erfahren Sie jetzt:

### Quellenangaben zu den oben erwähnten Studien:

\* (Schaefer AS, Richter GM, Groessner-Schreiber B, Noack B, Nothnagel M, et al. (2009) Identification of a Shared Genetic Susceptibility Locus for Coronary Heart Disease and Periodontitis. PLoS Genet 5(2): e1000378. doi: 10.1371/journal.pgen.1000378)

\*\* C. Ancuta et al., University of Medicine and Pharmacy, IASI, Romania. Periodontal status in patients with rheumatoid arthritis; FRI0171 abstract.mci-group.com/cgi-bin/mc/printabs.pl=

\*\*\* Davenport ES, Williams CE, Sterne CS et al.: Maternal periodontal disease and preterm low birthweight: Case-control study. J Dent Res 81, 313 (1976)

## Professionelle Zahnreinigung (PZR)

Damit werden *alle* Zahnbeläge komplett und gründlich entfernt. Auch an den Stellen, die für Zahnbürste und Zahnseide nicht erreichbar sind.

Dadurch wird nicht nur das Aussehen der Zähne verbessert. Auch das Zahnfleisch kann wieder gesund werden und der Mund entzündungsfrei. Und das bedeutet für Sie: Sie haben wieder ein frisches Gefühl im Mund! Ihre Zähne sehen strahlend sauber aus.

## Wer macht die Professionelle Zahnreinigung?

Wie der Name schon sagt, wird die Zahnreinigung von Profis durchgeführt. Unsere speziell ausgebildeten Mitarbeiterinnen reinigen Ihre Zähne behutsam und gründlich, beraten Sie bei der Mundpflege und geben Ihnen Tipps zur zahngesunden Ernährung.

Durch laufende Fortbildungen sind sie immer auf dem neuesten Stand in Sachen Prophylaxe und Mundgesundheit. Nutzen Sie ihre Erfahrung und Kompetenz für die Gesunderhaltung Ihrer Zähne!

Genießen Sie das Gefühl der Frische im Mund, spüren Sie mit der Zunge, wie glatt sich Ihre Zähne anfühlen. **Sie können wieder unbeschwert lachen und reden mit Ihren makellos gereinigten Zähnen.**



## Wie läuft die Zahnreinigung ab?

Zunächst wird geklärt, wie, womit und wie oft Sie Ihre Zähne reinigen. Das gibt Hinweise darauf, wo Verbesserungen möglich sind.

Dann werden Mund, Zähne und Zahnfleisch untersucht. Die Zahnbeläge werden angefärbt, um sie besser sichtbar zu machen und es wird die Tiefe der Zahnfleischtaschen gemessen.



Selbstsicher mit gepflegten Zähnen

Nun kommt der Hauptteil der Arbeit: Die gründliche und schonende Entfernung des Zahnsteins mit einem Ultraschallgerät und speziellen Handinstrumenten. Und die Entfernung der weichen Zahnbeläge mit speziellen Minibürsten.

In besonderen Fällen wird zusätzlich ein Pulverstrahlgerät verwendet.

Zusätzlich werden die Zahnzwischenräume mit Zahnseide und speziellen Zwischenraum-Bürsten gereinigt.

Nun werden Ihre Zähne mit einer feinen Polierpaste glatt poliert. Sie werden das Ergebnis mit Ihrer Zunge spüren!

Schließlich wird ein Schutzlack auf Ihre Zähne aufgetragen, der diese bis zu drei Monate lang vor Karies schützt.

Und ganz zum Schluss erhalten Sie eine eingehende Beratung, wie und womit Sie selbst Ihre Zähne am besten pflegen können.

Bei ernsthaften Zahnfleischerkrankungen erfolgt wenige Wochen nach der Zahnreinigung eine Kontrolle durch den Zahnarzt.

## Wer braucht eine Professionelle Zahnreinigung?

Eigentlich fast jeder: Untersuchungen haben gezeigt, dass ca. 85 % aller Erwachsenen von Zahnfleischartzündungen und über 90 % von Karies betroffen sind oder waren. Notwendig ist die **regelmäßige** PZR bei

- ✓ Sichtbaren Belägen und Zahnfleisch-Bluten
- ✓ Karies, Mundgeruch, Zahnfleischtaschen
- ✓ Parodontitis (laufende Nachsorge!)
- ✓ Implantaten und Zahnersatz.

Vor allem bei Parodontitis, Implantaten und Zahnersatz sind regelmäßige Professionelle Zahnreinigungen ein **Muss**, um das Behandlungsergebnis zu sichern.

## Wie oft sollte die PZR durchgeführt werden?

Lesen Sie dazu die folgenden Empfehlungen der **Stiftung Warentest** aus dem Jahrbuch „Zähne“ (2003) als unabhängige Instanz:

*„Wer Wert auf intakte Zähne und gesundes Zahnfleisch legt, kommt um die professionelle Vorbeugung (Prophylaxe) nicht herum. Diese professionelle Mundhygiene ist absolut zu empfehlen.“*

*Gesunde Patienten sollten sich dem ein- bis zweimal pro Jahr unterziehen, Patienten mit*

*tiefen, schwer zu pflegenden Taschen eher drei- bis viermal jährlich.*

*Die Kosten können bei mehreren Sitzungen unter Umständen schmerzen; bei tadelloser Arbeit ist das Geld aber gut angelegt. Denn Patienten, die diese Leistung regelmäßig in Anspruch nehmen, haben gesündere Zähne als jene, die sich nur auf die eigenen Reinigungskünste verlassen.*

*Sie ersparen sich oft Kronen, Implantate und Zahnfleischoperationen.“*

## Ihre Investition in gesunde Zähne

Der Preis für die Professionelle Zahnreinigung richtet sich nach dem notwendigen Zeitaufwand und der Anzahl der noch vorhandenen Zähne. Sie erhalten vorab eine detaillierte und auf Sie abgestimmte Preisauskunft.

Bitte beachten Sie, dass die gesetzlichen Krankenkassen nicht für die Professionelle Zahnreinigung aufkommen. Private Versicherer erstatten im Rahmen der vertraglichen Vereinbarung die Kosten.

Viele gesetzliche und private Krankenversicherer haben **Bonusprogramme**, mit denen Sie die regelmäßige Teilnahme ihrer Versicherten an Prophylaxe-Maßnahmen fördern und belohnen. Erkundigen Sie sich dazu bitte bei Ihrer Versicherung!

**Vertrauen Sie Ihre Zahngesundheit Profis an!**



Die Professionelle Zahnreinigung wird von speziell ausgebildeten Prophylaxe-Fachkräften ausgeführt und ist eine lohnende Investition in die eigene Gesundheit.



Fühlen Sie sich manchmal anderen gegenüber gehemmt?

# Mundgeruch: Ein heikles Thema!

Wodurch er entsteht und was man dagegen tun kann

Wer an Mundgeruch leidet, fühlt sich oft unsicher im Umgang mit anderen. Man fürchtet, dass das Gegenüber den schlechten Atem riechen könnte und hält einen „Sicherheitsabstand“. Manchmal ist es sogar so, dass die Betroffenen gar nicht wissen, dass sie an Mundgeruch leiden. Und für ihre Umgebung ist es nicht einfach, dieses Thema anzusprechen.

Woher kommt Mundgeruch und was kann man dagegen tun? Lesen Sie jetzt, wie Sie mit frischem Atem wieder unbefangen reden, lachen und Ihr Leben genießen können!



Mundgeruch kann unsicher, gehemmt und einsam machen ...

## Die Ursachen

Viele Menschen glauben, Mundgeruch sei stoffwechselbedingt. Das gilt aber nur für knappe 20 % der Fälle: Manche Nieren-, Leber- und Atemwegkrankungen können Mundgeruch verursachen. In über 80 % der Fälle liegt die Ursache im Mund. **Wer an Mundgeruch leidet, sollte deshalb zuerst zum Zahnarzt gehen.**

Jeder Mensch hat etwa 500 verschiedene Bakterienarten im Mund. Manche davon bilden schwefelhaltige Gase, die den üblen Atem verursachen. Die Aufgabe besteht also darin, diese unerwünschten Bakterien zu entdecken und zu beseitigen. Sie befinden sich vor allem an drei Stellen: In **Zahnfleischtaschen**, auf dem **Zungenrücken** und in **kaputten Zähnen**.

## Karies („Zahnfäule“)

Löcher in den Zähnen führen zu Mundgeruch. Hier kann nur der Zahnarzt helfen. Deshalb sind **regelmäßige zahnärztliche Kontrollen** wichtig, um eventuelle Karies rechtzeitig entdecken und behandeln zu können.

## Professionelle Zahnreinigung

Bei Zahnfleischentzündungen ist eine **Professionelle Zahnreinigung** die wirksamste Gegenmaßnahme. Durch sie werden alle Beläge auf den Zähnen und in den Zahnfleischtaschen beseitigt. Die schädlichen Bakterien werden reduziert und **das Gefühl der Frische im Mund kehrt zurück**. Bei Parodontitis muss eine umfangreichere Behandlung durch den Zahnarzt erfolgen.

## Zungenreinigung

Bakterienbeläge auf dem Zungenrücken sind eine der häufigsten Ursachen für Mundgeruch. Deshalb muss die Zungenoberfläche regelmäßig gereinigt werden. Dafür gibt es sog. Zungenschaber oder spezielle Zungenbürsten. Wir zeigen Ihnen diese Hilfsmittel gerne!

## Mundspülungen

Mundwässer können zwischendurch hilfreich sein, um Mundgeruch zu überdecken. Aber sie beseitigen das Problem nicht wirklich. **Desinfizierende Mundspülungen** mit medizinischer Wirkung können unterstützend zur Zahnreinigung eingesetzt werden. Sie beseitigen Bakterien dort, wo die Zahnbürste nicht hingelangt.

## Was wirklich hilft

Die wirksamste Vorbeugung gegen Mundgeruch ist die **Professionelle Zahnreinigung in der Zahnarztpraxis**.

Und natürlich die gründliche häusliche Reinigung von Zähnen, Zahnfleisch und Zunge mit den richtigen Hilfsmitteln.

## Mehr Selbstsicherheit

Mit frischem Atem fühlen Sie sich sicher im Umgang mit Anderen.

Sie können unbefangen reden, lachen und all die anderen Dinge genießen, bei denen man sich sehr nahe kommt ...



Sicherheit und Nähe mit frischem Atem

**B M G**  
Beata Magdalena Gregorek  
Zahnärztin in Augsburg

[www.gregorek.de](http://www.gregorek.de) und [www.zahnarzt-augsburg.de](http://www.zahnarzt-augsburg.de)

Brentanostr. 26  
86167 Augsburg  
Tel. 0821 722028



# Bleaching: Wie Zähne wieder weiß werden

Warum es sicherer und zuverlässiger ist, die Zähne von Profis aufhellen zu lassen.

Dunkle Zähne können ein ziemliches Ärgernis sein: Obwohl sie sauber geputzt sind, wirken sie einfach nicht hell. Die Folge ist: Man traut sich oft nicht mehr, unbefangen zu reden und zu lächeln. Man achtet darauf, dass andere die Zähne nicht sehen. Und wenn man fotografiert wird, lässt man den Mund lieber zu. Das muss nicht sein: Zähne können heute mit bewährten Methoden wieder aufgehellt werden. Professionelles Bleaching beim Zahnarzt kostet nur wenige Hundert Euro. Aber das neue Lebensgefühl ist unbezahlbar!



Bleaching vom Zahnarzt: Gewinnendes Lächeln mit strahlend weißen Zähnen

## Warum weiße Zähne wichtig sind

Schöne weiße Zähne wirken attraktiv, jugendlich und gepflegt. Sie vermitteln den Eindruck von Vitalität und Gesundheit.

Wer unbefangen reden und lachen kann, hat eine besondere Ausstrahlung und nimmt andere leichter für sich ein. Schöne weiße Zähne können also zu mehr Erfolg im Privatleben und im Beruf beitragen. Immer mehr Menschen wünschen sich deshalb weißere Zähne und interessieren sich für die Zahnaufhellung (das sog. **Bleaching**). Aber sie haben auch Fragen dazu:

- ✓ Schadet Bleaching den Zähnen nicht?
- ✓ Wie funktioniert die Zahnaufhellung?
- ✓ Können auch einzelne dunkle Zähne aufgehellt werden?
- ✓ Wie weiß werden die Zähne?
- ✓ Wie lange bleiben sie weiß?
- ✓ Wie lange dauert die Zahnaufhellung?
- ✓ Und natürlich: Wie viel kostet das Bleaching?

## Schadet Bleaching den Zähnen?

Professionelle Aufhellung beim Zahnarzt ist in hohem Maße sicher! Er kontrolliert vor dem Bleaching Ihre Zähne, um mögliche Risiken auszuschalten. Wenn Sie Ihre Zähne auf eigene Faust aufhellen, können Löcher und Risse in den Zähnen oder undichte Füllungen zu Problemen führen.

Professionelle Aufhellungs-Gele, wie sie der Zahnarzt verwendet, sind zugelassene **Medizinprodukte** mit bewährten Inhaltsstoffen. Sie sind so zusammengesetzt, dass sie den Zähnen nicht nur nicht schaden. Manche **härten den Schmelz** sogar!

## Bleaching aus dem Internet?

Bei Bleaching-Produkten aus dem Internet ist Vorsicht geboten:

- ✓ **Stammen sie von renommierten Herstellern?**
- ✓ **Sind es zugelassene Medizinprodukte?**
- ✓ **Ist die Zusammensetzung angegeben?**
- ✓ **Sind sie pH-neutral?**
- ✓ **Beugen sie Zahnempfindlichkeiten vor?**
- ✓ **Greifen sie den Zahnschmelz nicht an?**
- ✓ **Schützen sie den Zahn vor Karies?**
- ✓ **Sind sie verträglich für das Zahnfleisch?**
- ✓ **Wirken sie sicher und zuverlässig?**

Sie sehen: Es gibt Einiges, worauf Sie bei frei verkäuflichen Bleaching-Präparaten achten müssen! Es wäre am falschen Platz gespart, wenn es bei Billig-Produkten zu Schäden an Zähnen und Zahnfleisch kommt.

Vertrauen Sie Ihre Zähne besser Profis an!



Deutlicher Unterschied: Professionelles Bleaching beim Zahnarzt wirkt!



## Wie kommt es eigentlich zu dunklen Zähnen?

Im Wesentlichen gibt es sechs Gründe dafür:

- ✓ Die Zähne sind **von Natur aus dunkel** (also „geerbt“).
- ✓ Sie werden **mit zunehmendem Alter** dunkler.
- ✓ **Genussmittel** wie Zigaretten, Kaffee, Tee, Cola oder Rotwein machen die Zähne allmählich dunkler.
- ✓ Manche **Medikamente** können zu Dunkelverfärbungen führen.
- ✓ Bestimmte **Blut- und Leber-Erkrankungen** verursachen dunkle Zähne.
- ✓ Metalle aus **Amalgam-Füllungen** verfärben die Zähne.

## Wie funktioniert Bleaching?

Prinzipiell gibt es zwei Möglichkeiten: Das sogenannte *Home-Bleaching* und das sog. *Power-Bleaching* in der Zahnarzt-Praxis.

Beim **Home-Bleaching** werden vom Zahnarzt dünne flexible Formen aus einem transparenten Kunststoff hergestellt, die genau auf Ihre Zähne passen (siehe Foto).

In diese füllen Sie zu Hause das sog. Bleaching-Gel, das Sie vom Zahnarzt bekommen. Dann stülpen Sie die Form über Ihre Zähne und lassen das Gel einwirken.

Die Tragedauer ist abhängig von der Konzentration des Gels: Mehrere Stunden pro Tag für ca. 2 - 3 Wochen. Danach sind Ihre Zähne sichtbar heller.



Bleaching-Form aus Kunststoff, in die Sie das Aufhellungs-Gel einfüllen.

Beim **Power-Bleaching** in der Zahnarzt-Praxis können Ihre Zähne in der Regel in nur 1 - 2 Stunden deutlich aufgehellt werden.

Dabei wird ein hoch konzentriertes Bleaching-Gel auf die Zähne aufgetragen, das unter Kontrolle durch den Zahnarzt oder seine Mitarbeiter die Zähne aufhellt. In manchen Fällen wird die Wirkung des Gels durch die Anwendung spezieller Lichtlampen verstärkt.



Power-Bleaching beim Zahnarzt: Auftragen des Bleaching-Gels

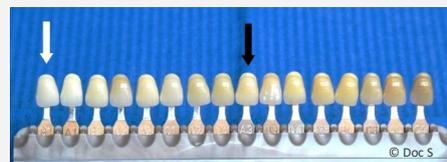
Wenn Sie die Praxis wieder verlassen, können Sie sich an sichtbar helleren Zähnen freuen!

## Können auch einzelne Zähne aufgehellt werden?

Aber ja! Wenn einzelne Zähne dunkler sind, liegt es meistens daran, dass sie abgestorben sind und eine Wurzelbehandlung an ihnen durchgeführt wurde. Sie werden aufgehellt, indem man in den Zahn für einige Tage ein Aufhellungs-Gel einbringt. Da diese Zähne „tot“ sind, ist das absolut schmerzfrei.

## Wie weiß werden die Zähne?

Wenn es der Zahnarzt macht, um bis zu **neun Farbstufen**. Das kann man ziemlich genau mit einer sog. **Farbskala** messen (siehe Foto). Frei verkäufliche Aufheller aus dem Internet oder Drogeriemarkt schaffen das meistens nicht.



Farbskala zur Bleaching-Kontrolle

## Wie lange bleiben die Zähne weiß?

Wenn es der Zahnarzt macht, ca. **zwei bis fünf Jahre**. Bei frei verkäuflichen Produkten ist es oft wesentlich weniger.

Wie schnell die Zähne wieder etwas dunkler werden, hängt davon ab, wie Sie sich ernähren und welche Genussmittel Sie konsumieren: Wenn Sie viel Tee, Kaffee, Rotwein oder Cola trinken und rauchen, werden sie schneller wieder dunkler. Wenn nicht, bleiben sie jahrelang hell.



## Was macht man, wenn die Zähne wieder dunkler werden?

Dann kann man sie ganz schnell wieder aufhellen. Oft genügen zwei bis drei Anwendungen. Sie bewahren die Trägerfolien auf, die Sie beim Home-Bleaching bekommen haben. Das Bleaching-Gel können Sie für **wenige Euro** nachkaufen.

## Was kann ich tun, damit meine Zähne länger hell bleiben?

Eine sehr gute Maßnahme ist, sie halbjährlich in der Zahnarztpraxis professionell reinigen zu lassen. Das hält nicht nur die Zähne länger hell. Es schützt sie auch vor **Karies** und **Parodontitis** und es vermindert möglichen **Mundgeruch**.

## Kann man Zähne in jedem Alter aufhellen?

Vor dem 16. Lebensjahr sollte keine Aufhellung gemacht werden, da Zahnschmelz und Zahnbein noch nicht vollständig entwickelt sind. Ansonsten ist Bleaching in jedem Lebensalter möglich und nach oben gibt es keine Grenze!

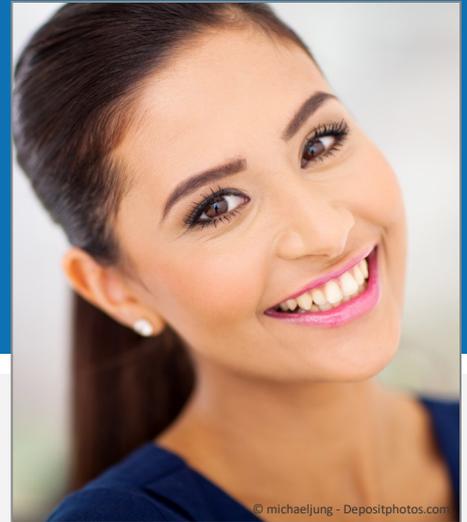


Das Zahngeheimnis vieler Stars und Promis

# Hollywood-Smile mit Veneers

Endlich wieder unbeschwert reden und lachen mit perfekt schönen Zähnen

Veneers sind hauchdünne Schalen aus reiner Keramik oder speziellen Kunststoffen, die unlösbar fest mit der Zahnoberfläche verbunden werden. Sie dienen dazu, verfärbte, abgebrochene oder schief stehende Zähne wieder ästhetisch perfekt herzustellen. Das Ergebnis lässt sich nicht mehr von natürlich schönen Zähnen unterscheiden. Nicht umsonst haben viele Stars und Prominente ihre Zähne mit Veneers verschönern lassen. Das ist jetzt auch für Sie möglich: Wenn Sie sich ein makellostes und strahlendes Lächeln wünschen, sind Veneers die beste Wahl!



Veneers: Attraktives Lächeln mit perfekt schönen Zähnen

## Was sind Veneers?

Das englische Wort *Veneer* bedeutet wörtlich übersetzt *Furnier*. Damit wird zum Ausdruck gebracht, dass es sich um eine hauchdünne Schale aus Keramik oder Spezial-Kunststoff handelt, die unlösbar fest von außen mit den Zähnen verbunden wird.

Entwickelt hat diese Methode der Hollywood-Zahnarzt *Charles Pincus*. Er verhalf damit der Schauspielerin *Norma Jean Baker*, die sehr unter schief stehenden Zähnen litt, als *Marilyn Monroe* Karriere zu machen.

Wir können Ihnen nicht versprechen, dass Sie mit Veneers eine ähnliche Karriere machen werden. Aber wir wissen, dass Sie damit Ihr natürlich schönes und attraktives Lachen wiedergewinnen werden. **Man wird Sie auf Ihre schönen Zähne ansprechen!**

## Wie werden Veneers gemacht?

Veneers sind ca. 0,5 - 0,7 mm dünne Verblendschalen, die im zahntechnischen Labor oder in der Praxis mit einer speziellen Maschine hergestellt werden. Sie werden in einem besonderen Verfahren fest mit der sichtbaren Oberfläche der Schneide- und Eckzähne verbunden.

Seit den Zeiten *Marilyn Monroes* wurde die Veneer-Technik ständig verbessert, so dass wir heute sagen können:

**Veneers haben eine sehr lange Haltbarkeit und sie behalten ihre natürliche Schönheit dauerhaft.**

## Wann werden Veneers gemacht?

Veneers können dann gemacht werden, wenn die eigenen Zähne nachteilhaft aussehen oder jemand unter dem unschönen Anblick seiner Zähne leidet:

- ✓ Verfärbungen der Zähne
- ✓ Zahn-Missbildungen
- ✓ Große sichtbare Füllungen
- ✓ Abgebrochene Zähne
- ✓ Kleine Zahnlücken
- ✓ Leichte Zahnkipungen
- ✓ Abgenutzte Zähne

## Welche Vorteile haben Veneers?

Im Gegensatz zu Kronen, bei denen die Zähne stark abgeschliffen werden müssen, sind Veneers sehr zahnschonend: Da sie nur aus einer dünnen Schale bestehen, muss nur wenig vom Zahn entfernt werden - manchmal sogar überhaupt nichts.

Veneers laufen zum Zahnfleischrand hin dünn aus. Man kann sie sich wie eine Kontaktlinse mit extrem dünnem Rand vorstellen. Dadurch wird das Zahnfleisch nicht gereizt. Es zieht sich nicht zurück und es entstehen keine dunklen Ränder wie das manchmal bei Kronen der Fall ist.

Veneers passen sich optisch und farblich sehr gut an die Zähne an. Deshalb wirken sie nicht „künstlich“, sondern sehr natürlich.

Ein weiterer großer Vorteil ist die Farbbeständigkeit von Veneers: Sie verfärben sich auch nach vielen Jahren nicht, sondern behalten ihre ursprüngliche Helligkeit - selbst bei Rauchern.

## Wann gönnen Sie sich Ihr neues Lächeln?

Makellos schöne Zähne, selbstsicheres Auftreten und ein attraktives Lächeln sind eine der Voraussetzungen für privaten und beruflichen Erfolg. Mit Veneers haben Sie die besten Voraussetzungen dafür!

**Wenn Sie sich schon lange ein perfektes Lächeln wünschen, dann sprechen Sie uns an!**



Veneers der oberen vier Schneidezähne  
12 Jahre (!) nach dem Einsetzen

**B M G**  
Beata Magdalena Gregorek  
Zahnärztin in Augsburg

[www.gregorek.de](http://www.gregorek.de) und [www.zahnarzt-augsburg.de](http://www.zahnarzt-augsburg.de)

Brentanostr. 26  
86167 Augsburg  
Tel. 0821 722028



Wenn Sie für Ihre Zähne das Beste wollen

# Keramik-Füllungen: Stabil, schön und körperverträglich

Mit moderner Technologie fertig in einem Termin:  
Kein Abdruck. Kein Provisorium. Günstiger Preis.

Immer mehr Menschen legen Wert auf biologisch verträgliche Füllungs-Materialien. Natürlich sollen die Füllungen auch lange halten und optisch gut aussehen. Ein Material, das alle diese Wünsche erfüllt, ist Keramik.

Sie ist sehr gut körperverträglich, hat keine Wechselwirkung mit Metallen im Mund, hält sehr lange und verfärbt sich nicht. Aus ihr können heute Füllungen (sog. Inlays), Kronen und Brücken hergestellt werden, die stabil, dauerhaft und ästhetisch perfekt sind.



Kein Abdruck. Kein Provisorium. Kein zweiter Termin: Keramik-Inlays in einer Sitzung!

## Füllungen und ihre Probleme

Fast niemand möchte heute noch Füllungen aus **Amalgam**: Es ist als Füllungsmaterial umstritten und stört durch seine dunkle Farbe. Einfache **Kunststoff**-Füllungen sind auch keine echte Alternative: Sie halten nicht lange und können Allergien hervorrufen. Schon besser sind sog. **Komposit**-Füllungen: Das sind moderne Kunststoffe, die einen hohen Anteil an Keramik enthalten. Sie sind optisch perfekt und halten lange.

## Keramik und ihre Vorteile

Die beste Wahl für Füllungen sind jedoch sogenannte **Keramik-Inlays**. Das sind Füllungen aus Keramik, die außerhalb des Mundes hergestellt und dann unlösbar fest in den Zahn eingesetzt werden. Man nennt sie deshalb auch „Einlagefüllungen“.

Im Vergleich zu anderen Füllungsmaterialien hat Keramik viele Vorteile: Sie

- ✓ ist stabil und dauerhaft
- ✓ hat eine ähnliche Härte wie der Zahnschmelz
- ✓ verursacht keine Allergien
- ✓ ist natürlich schön
- ✓ verfärbt sich nicht im Laufe der Jahre
- ✓ verursacht keine Geschmacksstörungen
- ✓ hat keine Wechselwirkung mit eventuell vorhandenen Metallen im Mund.

Aus medizinischer Sicht und wegen der unübertroffenen Ästhetik ist Keramik die

erste und beste Wahl für Füllungen und Zahnersatz.

Normalerweise müssen für die Herstellung von Keramik-Inlays Abformungen der Zähne gemacht werden. Das kann für Menschen mit Würgereiz sehr unangenehm sein. Dann müssen die Zähne mit einem Provisorium geschützt werden, bis die Inlays fertig sind. Diese werden in einem zahntechnischen Labor hergestellt und erst mehrere Tage später eingesetzt. Dazu ist ein zweiter Termin und oft wieder eine Betäubungsspritze notwendig. Und dieser Aufwand hat seinen Preis.

**Es geht auch schneller, bequemer und preisgünstiger!**

## Die moderne Methode

Damit können Keramik-Inlays in der Praxis an einem Termin, ohne Abdruck, ohne Provisorium und preisgünstiger angefertigt werden. An Stelle eines Abdrucks wird mit einer Spezialkamera eine dreidimensionale Aufnahme des Zahnes gemacht. Dann wird das Inlay am Bildschirm konstruiert und anschließend von einer Maschine aus einem kleinen Keramikblock einsetzfertig heraus gefräst.

Das ganze dauert nur wenige Minuten. Danach kann das Inlay sofort in den Zahn eingesetzt und angepasst werden. Danach ist der Zahn dauerhaft und ästhetisch mit einem gut körperverträglichem Material geschützt.

## Die Vorteile für Sie

Diese Inlays sind sehr stabil, bewährt und haltbar. Untersuchungen zeigen, dass sie so lange wie Gold-Inlays halten. Seit 1985 wurden mit dieser Methode weltweit über 20



Schleifgerät für Inlays, Kronen und Brücken aus Keramik



Das Inlay wird innerhalb weniger Minuten aus einem Keramik-Block gefräst.

Millionen Keramik-Inlays hergestellt und eingesetzt.

Diese Technik spart nicht nur Zeit, sondern auch Geld: Weil kein Abdruck, kein Provisorium, kein Zahntechniker und kein zweiter Termin notwendig sind, können solche Inlays preisgünstiger angefertigt werden.

**B M G**  
Beata Magdalena Gregorek  
Zahnärztin in Augsburg

[www.gregorek.de](http://www.gregorek.de) und [www.zahnarzt-augsburg.de](http://www.zahnarzt-augsburg.de)

Brentanostr. 26  
86167 Augsburg  
Tel. 0821 722028



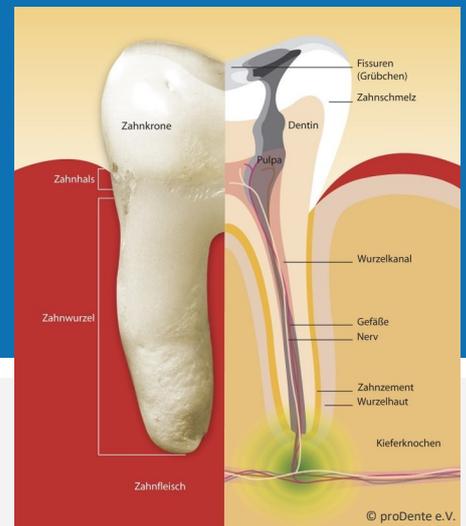
Wenn Zähne abgestorben und stark zerstört sind

# Wurzelbehandlung: Eigene Zähne erhalten

Mit modernen Behandlungsmethoden können auch gefährdete Zähne oft noch gerettet werden

Viele Menschen möchten ihre eigenen Zähne so lange wie möglich behalten. Das ist ihnen lieber als künstlicher Zahnersatz oder Implantate. Manchmal ist das nicht einfach: Wenn ein Zahn stark zerstört oder der Zahnnerv abgestorben ist, gibt es oft nur noch zwei Möglichkeiten: Den Zahn zu ziehen oder ihn mit einer sog. Wurzelbehandlung zu retten.

Was eine Wurzelbehandlung ist, wie sie abläuft und warum Sie sich damit aufwändige Behandlungen und Kosten ersparen können, erfahren Sie hier:



Wenn ein Zahnnerv abstirbt, kommt es zur Entzündung im Kiefer. Was muss man tun?

## Wann und warum muss man eine Wurzelbehandlung machen?

Zähne haben innen einen Hohlraum, der mit Blutgefäßen, Nerven und Bindegewebe ausgefüllt ist. Man bezeichnet das als "Pulpa" oder einfach als "Zahnnerv" (siehe Abbildung oben).

Die häufigsten Gründe für das Absterben des Zahnnervs sind eine große **Karies** (Zahnfäule mit tiefem Loch im Zahn) oder eine **Zahnverletzung** durch Unfall.

Beides kann dazu führen, dass sich der Zahnnerv stark entzündet und extrem schmerzt. Er kann aber auch unbemerkt absterben. In solchen Fällen muss der entzündete oder abgestorbene Nerv entfernt werden. Warum?

Er würde sich sonst zersetzen ("faulen") und könnte weitere Schmerzen und Entzündungen im Kiefer und im ganzen Organismus hervorrufen.

Wenn ein Zahnnerv abgestorben ist, muss er vollständig entfernt und der Hohlraum im Zahn sorgfältig gereinigt und desinfiziert werden. Danach wird er mit einer sog. **Wurzelfüllung** möglichst bakterien dicht verschlossen.

Da Pulpa und Kanälchen extrem klein und eng sind, gehören Wurzelbehandlungen wegen ihrer Schwierigkeit zu den anspruchsvollsten und zeitaufwendigsten Tätigkeiten des Zahnarztes.

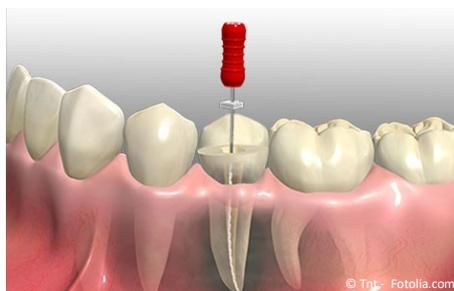
## Wie läuft die Behandlung ab?

Nach vorheriger Betäubung wird der Zahn von oben eröffnet und die Pulpa freigelegt. Dann wird das Pulpagewebe mit speziellen Instrumenten vollständig entfernt und der Hohlraum desinfiziert. In manchen Fällen kann es sein, dass für einige Tage eine medikamentöse Einlage in den Zahn gemacht wird, um ihn zu beruhigen.

Dann wird das Innere des Zahnes bis knapp vor die Wurzelspitze(n) dicht ausgefüllt. Das Ziel ist, dass im Zahninneren keine Hohlräume mehr bleiben, in denen sich Bakterien vermehren könnten. Sonst könnte es wieder zur Entzündung und zu Schmerzen kommen.

## Ist eine Wurzelkanalbehandlung nicht schmerzhaft?

Wurzelbehandlungen werden generell mit Betäubung durchgeführt. Deshalb sind sie **in aller Regel nicht schmerzhaft**. In seltenen Fällen (wenn ein Zahnnerv sehr stark entzündet ist), können trotz Betäubung während der Behandlung vorübergehend Schmerzen auftreten.



Wurzelbehandlung eines zerstörten Zahnes

## Bezahlt das die Kasse ?

Gesetzliche Krankenkassen übernehmen die Kosten für Wurzelbehandlungen nach dem Prinzip "ausreichend, zweckmäßig und wirtschaftlich". Das bedeutet, dass sie das Notwendigste bezahlen. Leider reicht das nicht immer aus, um den langfristigen Erfolg einer Wurzelkanalbehandlung zu sichern.

Mit modernen Techniken können Wurzelkanalbehandlungen besser und erfolgreicher durchgeführt werden. Dadurch steigt die Wahrscheinlichkeit, dass ein wurzelbehandelter Zahn länger erhalten bleibt. Solche zusätzlichen Maßnahmen können gesetzlich Versicherte auf Wunsch in Anspruch nehmen. Sie müssen sie dann selber bezahlen. Private Krankenkassen übernehmen normalerweise auch die Kosten moderner Behandlungsmethoden.

## Warum kann man mit einer Wurzelbehandlung Geld sparen?

Bei stark entzündeten oder abgestorbenen Zahnnerven gibt es nur zwei Alternativen: **Den Zahn mit einer Wurzelbehandlung erhalten oder ihn ziehen und mit einem Implantat mit Krone oder einer Brücke ersetzen.**

Die Kosten für ein Implantat mit Krone oder eine Brücke betragen ein Mehrfaches der Zuzahlung für eine moderne Wurzelbehandlung. Sie können damit also nicht nur Geld sparen. Sie behalten auch Ihren eigenen Zahn.



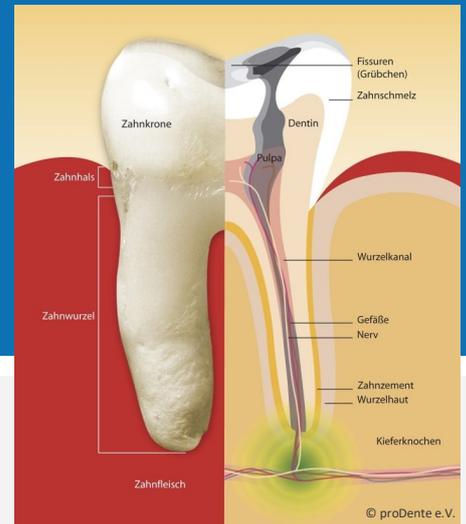
Wenn Zähne abgestorben und stark zerstört sind

# Wurzelbehandlung: Eigene Zähne erhalten

Mit modernen Behandlungsmethoden können auch gefährdete Zähne oft noch gerettet werden

Viele Menschen möchten ihre eigenen Zähne so lange wie möglich behalten. Das ist ihnen lieber als künstlicher Zahnersatz oder Implantate. Manchmal ist das nicht einfach: Wenn ein Zahn stark zerstört oder der Zahnnerv abgestorben ist, gibt es oft nur noch zwei Möglichkeiten: Den Zahn zu ziehen oder ihn mit einer sog. Wurzelbehandlung zu retten.

Was eine Wurzelbehandlung ist, wie sie abläuft und warum Sie sich damit aufwändige Behandlungen und Kosten ersparen können, erfahren Sie hier:



Wenn ein Zahnnerv abstirbt, kommt es zur Entzündung im Kiefer. Was muss man tun?

## Wann und warum muss man eine Wurzelbehandlung machen?

Zähne haben innen einen Hohlraum, der mit Blutgefäßen, Nerven und Bindegewebe ausgefüllt ist. Man bezeichnet das als "Pulpa" oder einfach als "Zahnnerv" (siehe Abbildung oben).

Die häufigsten Gründe für das Absterben des Zahnnervs sind eine große **Karies** (Zahnfäule mit tiefem Loch im Zahn) oder eine **Zahnverletzung** durch Unfall.

Beides kann dazu führen, dass sich der Zahnnerv stark entzündet und extrem schmerzt. Er kann aber auch unbemerkt absterben. In solchen Fällen muss der entzündete oder abgestorbene Nerv entfernt werden. Warum?

Er würde sich sonst zersetzen ("faulen") und könnte weitere Schmerzen und Entzündungen im Kiefer und im ganzen Organismus hervorrufen.

Wenn ein Zahnnerv abgestorben ist, muss er vollständig entfernt und der Hohlraum im Zahn sorgfältig gereinigt und desinfiziert werden. Danach wird er mit einer sog. **Wurzelfüllung** möglichst bakterien dicht verschlossen.

Da Pulpa und Kanälchen extrem klein und eng sind, gehören Wurzelbehandlungen wegen ihrer Schwierigkeit zu den anspruchsvollsten und zeitaufwendigsten Tätigkeiten des Zahnarztes.

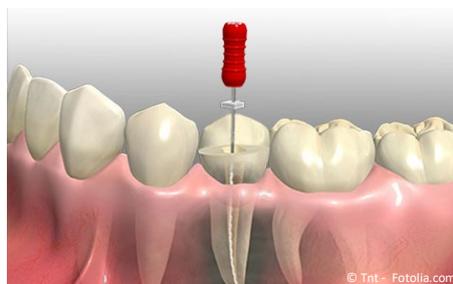
## Wie läuft die Behandlung ab?

Nach vorheriger Betäubung wird der Zahn von oben eröffnet und die Pulpa freigelegt. Dann wird das Pulpagewebe mit speziellen Instrumenten vollständig entfernt und der Hohlraum desinfiziert. In manchen Fällen kann es sein, dass für einige Tage eine medikamentöse Einlage in den Zahn gemacht wird, um ihn zu beruhigen.

Dann wird das Innere des Zahnes bis knapp vor die Wurzelspitze(n) dicht ausgefüllt. Das Ziel ist, dass im Zahninneren keine Hohlräume mehr bleiben, in denen sich Bakterien vermehren könnten. Sonst könnte es wieder zur Entzündung und zu Schmerzen kommen.

## Ist eine Wurzelkanalbehandlung nicht schmerzhaft?

Wurzelbehandlungen werden generell mit Betäubung durchgeführt. Deshalb sind sie **in aller Regel nicht schmerzhaft**. In seltenen Fällen (wenn ein Zahnnerv sehr stark entzündet ist), können trotz Betäubung während der Behandlung vorübergehend Schmerzen auftreten.



Wurzelbehandlung eines zerstörten Zahnes

## Bezahlt das die Kasse ?

Gesetzliche Krankenkassen übernehmen die Kosten für Wurzelbehandlungen nach dem Prinzip "ausreichend, zweckmäßig und wirtschaftlich". Das bedeutet, dass sie das Notwendigste bezahlen. Leider reicht das nicht immer aus, um den langfristigen Erfolg einer Wurzelkanalbehandlung zu sichern.

Mit modernen Techniken können Wurzelkanalbehandlungen besser und erfolgreicher durchgeführt werden. Dadurch steigt die Wahrscheinlichkeit, dass ein wurzelbehandelter Zahn länger erhalten bleibt. Solche zusätzlichen Maßnahmen können gesetzlich Versicherte auf Wunsch in Anspruch nehmen. Sie müssen sie dann selber bezahlen. Private Krankenkassen übernehmen normalerweise auch die Kosten moderner Behandlungsmethoden.

## Warum kann man mit einer Wurzelbehandlung Geld sparen?

Bei stark entzündeten oder abgestorbenen Zahnnerven gibt es nur zwei Alternativen: **Den Zahn mit einer Wurzelbehandlung erhalten oder ihn ziehen und mit einem Implantat mit Krone oder einer Brücke ersetzen.**

Die Kosten für ein Implantat mit Krone oder eine Brücke betragen ein Mehrfaches der Zuzahlung für eine moderne Wurzelbehandlung. Sie können damit also nicht nur Geld sparen. Sie behalten auch Ihren eigenen Zahn.



**Wurzelbehandlung (Endodontie) gehört zu den anspruchsvollsten und schwierigsten Disziplinen innerhalb der Zahnmedizin: Die Pulpa (der "Nerv") eines Zahnes ist einerseits sehr komplex und verästelt. Andererseits machen ihre kleinen Dimensionen die Behandlung zu einer schwierigen Aufgabe. Deshalb ist die Erfolgsquote bei konventionell durchgeführten Wurzelbehandlungen relativ gering: Sie liegt bei nur etwa 50 %. Wir haben uns auf Wurzelbehandlungen spezialisiert und wenden moderne Methoden und Materialien an, um die Erfolgsquote deutlich zu erhöhen und Ihre Zähne zu erhalten!**

### Keimfreies Arbeiten unter Kofferdam

Eines der wichtigsten Ziele bei der Wurzelbehandlung ist die Keimfreiheit der Wurzelkanäle: Bei einem entzündeten oder abgestorbenen Zahn ist das Innere voller Bakterien. Diese müssen durch sorgfältige Entfernung der Pulpa ("Zahnerv") und durch desinfizierende Spülungen beseitigt werden.

Allerdings enthält auch der Speichel zahlreiche Bakterien, die während der Behandlung in den Zahn gelangen könnten. Um das zu vermeiden, verwenden wir einen sog. **Kofferdam**. Das ist ein flexibles Tuch aus Latex oder einem ähnlichen Material, das über die Zähne gestülpt wird. Dadurch werden die zu behandelnden Zähne gegen den übrigen Mund "abgeschirmt" und vor Speichelbakterien geschützt.

Die Keimfreiheit bei der Wurzelbehandlung ist eine der wichtigsten Voraussetzungen für den langfristigen Erfolg.



**Kofferdam (Spanngummi) zum Schutz vor Bakterien**

### Bessere Sicht: Bessere Ergebnisse!

Wurzelkanäle sind nur wenige Zehntelmillimeter dünn. Sie können Verästelungen, Krümmungen oder Stufen haben. Mit bloßem Auge sind solche Feinheiten nicht erkennbar. Deshalb werden sie leider oft übersehen.



**Wurzelbehandlung mit Hilfe des Mikroskops: Bis zu 25-fache Vergrößerung ermöglicht exakteres Arbeiten und bessere Ergebnisse.**

Das kann zur Folge haben, dass die Wurzelkanäle nicht vollständig gefüllt und abgedichtet werden. Dadurch bleiben Hohlräume für Bakterien, die wieder zu Entzündungen und auch zum Zahnverlust führen können.

Wir arbeiten deshalb in unserer Praxis mit einem **Dental-Mikroskop**. Damit sehen wir das Innere des Zahnes **bis zu 25-fach vergrößert**. Durch die bessere Sicht können wir Wurzelbehandlungen wesentlich sorgfältiger durchführen und die Kanäle zuverlässiger abdichten. Das Ergebnis: Keine Hohlräume mehr für Bakterien. Kaum mehr Folge-Entzündungen. Viel höhere Erfolgsquote.

### Spezielle Instrumente

Wurzelkanäle können stark gekrümmt sein. Mit einfachen Instrumenten können solche Kanäle nicht immer vollständig gereinigt und erweitert werden. Wir verwenden deshalb spezielle und hoch flexible **Nickel-Titan-Instrumente**. Mit ihnen können auch extrem feine und gekrümmte Kanäle maschinell bearbeitet werden. Dadurch können auch sehr schwer zu behandelnde Zähne noch gerettet werden.

### Hochwirksame desinfizierende Spülungen

Außer der mechanischen Reinigung der Wurzelkanäle müssen diese auch durch desinfizierende Spülungen von Bakterien befreit werden. Wir verwenden effektive Desinfektionslösungen nach den jüngsten mikrobiologischen Erkenntnissen, um eine größtmögliche

Keimfreiheit der Wurzelkanäle zu erzielen. Um die Wirksamkeit dieser Spülungen zu verstärken, werden sie mit Ultraschall aktiviert.

### Exakte Längenbestimmung der Wurzelkanäle

Vollständig abgefüllte Wurzelkanäle sind die häufigste Ursache für Folge-Entzündungen im Kiefer und für Misserfolge bei der Wurzelbehandlung. Damit das nicht passiert, muss die Länge der Wurzelkanäle exakt gemessen werden. Wir verwenden dafür ein spezielles **elektronisches Längenmessgerät** und bei Bedarf zusätzliche Röntgenaufnahmen.

Eine perfekte Wurzelfüllung soll bis knapp vor die Wurzelspitze reichen. Sie darf nicht zu kurz sein (Hohlraum für Bakterien), aber auch nicht über die Wurzelspitze hinausreichen (Reizung des Kieferknochens). Durch die exakte Längenmessung können wir solche Fehler vermeiden.

### Bakteriendichte Füllungen

Wenn die Wurzelkanäle nicht vollständig abgedichtet werden, bleiben Hohlräume für Bakterien. Um das zu vermeiden, wenden wir in unserer Praxis ein modernes 3D-Verfahren an, bei dem die Wurzelkanäle in allen ihren Feinheiten ausgefüllt werden.

Als Wurzelfüllmaterial verwenden wir einen Naturkautschuk aus dem Saft des Gutta-percha-Baums. Er wird vor dem Einfüllen erwärmt und erweicht. Deshalb kann er auch feine Seitenkanäle abdichten, bevor er fest wird. Alternativ können die Wurzelkanäle mit einem speziellen Kunststoff verklebt und abgedichtet werden.

Auch die Füllungen, die den Zahn wieder vervollständigen, müssen bakteriendicht sein. Deshalb verwenden wir eine spezielle Technik, bei der Kunststoff-Füllungen spaltfrei mit dem Zahn verbunden werden (sog. Adhäsivtechnik). Dadurch haben Bakterien keine Chance mehr, in die Wurzeln einzudringen.

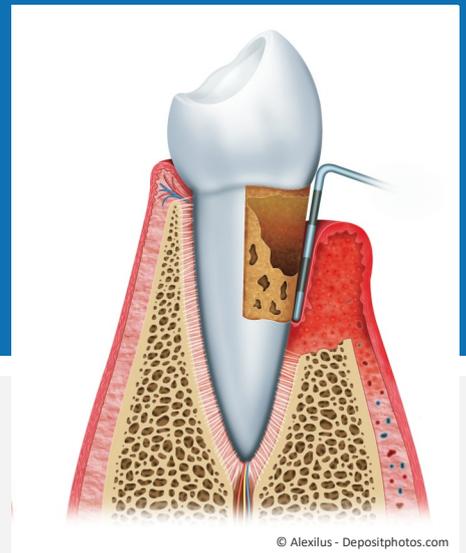


Wenn Zähne locker werden ...

# Parodontitis: Ursachen, Risiken und Behandlung

Warum Parodontitis Ihre Gesundheit gefährdet und was Sie dagegen tun können

Die Parodontitis (umgangssprachlich meist als *Parodontose* bezeichnet) ist eine weit verbreitete Erkrankung des Zahnbetts. Sie führt unbehandelt langfristig zur Lockerung und schlimmstenfalls zum Verlust der betroffenen Zähne. Parodontitis kann aber auch Auswirkungen auf die Gesundheit haben: Unter anderem erhöht sie das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall. Wird sie rechtzeitig erkannt und richtig behandelt, sind die Chancen für eine Heilung gut. Lesen Sie jetzt, was Sie und wir gegen Parodontitis tun können.



© Alexilus - Depositphotos.com

Parodontitis beginnt schleichend und wird oft nicht rechtzeitig erkannt ...

## Symptome

Kommt Ihnen das bekannt vor:

- Ist Ihr Zahnfleisch gerötet und geschwollen?
- Blutet es, wenn Sie die Zähne putzen oder in einen Apfel beißen?
- Leiden Sie an starkem Mundgeruch?
- Tritt Eiter am Zahnfleisch aus?
- Sind einzelne Zähne gelockert?
- Haben sich Lücken durch Zahnwanderungen gebildet?
- Haben Sie den Eindruck, dass Zähne „länger“ werden?

Wenn Sie eine oder mehrere dieser Fragen mit Ja beantwortet haben, sollten Sie Ihre Zähne und Ihr Zahnfleisch vom Zahnarzt untersuchen lassen.

Die genannten Symptome weisen darauf hin, dass Sie eine Zahnfleischentzündung (*Gingivitis*) oder eine Entzündung des Zahnhalteapparates (*Parodontitis*) haben.

Diese Erkrankung kann unbehandelt und langfristig zum Verlust Ihrer Zähne und zu Gesundheitsschäden führen.

Wie Sie sich davor schützen können, erfahren Sie gleich. Jetzt geht es erst einmal darum, warum diese Krankheit entsteht und welche Folgen sie haben kann.

## Ursachen

In den wenigsten Fällen sind genetische Faktoren (Vererbung) die Ursache. Die häufigsten Ursachen sind **bakterielle Beläge** auf Zähnen und Wurzeloberflächen (die sog. *Plaque* bzw. der *Biofilm*). Sie können entstehen durch unzureichende Mundpflege und Schmutznischen an den Zähnen, die beim Putzen nicht erreicht werden. Solche Schmutznischen entstehen z.B. durch überstehende Füllungs- und Kronenränder.

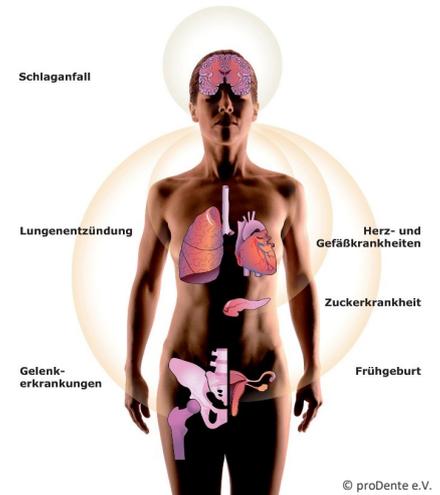
Dass diese Bakterienbeläge bei manchen zur Parodontitis führen und bei anderen nicht, hat mehrere **Gründe**: Falsche Ernährung, Stress, Vitamin- und Mineralienmangel, Rauchen und Überlastungen einzelner Zähne begünstigen das Entstehen und Fortschreiten der Parodontitis. Neuerdings setzt sich immer mehr die Erkenntnis durch, dass die Parodontitis Symptom für ein **geschwächtes Immunsystem** ist:

„Eine effektive präventive Zahnheilkunde muss daher neben der Etablierung hygienischer Mundverhältnisse und einer zahnschonenden Ernährung vor allem auf die Stärkung der natürlichen Körperabwehr abzielen.“ (Prof. Dr. Ulrich Schlegelhauf)

## Verlauf

Über 80 % der Erwachsenen sind von einer Erkrankung des Zahnhalteapparates betroffen. Dabei reicht die Skala von der einfachen Zahnfleischentzündung bis zur rasch fortschreitenden Zerstörung des Zahnhalteapparates. Zuerst löst sich das entzündete Zahnfleisch vom Zahn ab und es entstehen sog. **Zahnfleischtaschen**.

## Parodontitis zieht weite Kreise



© proDente e.V.

## Mögliche gesundheitliche Folgen einer Parodontitis

Auf der nächsten Seite erfahren Sie, wie eine Parodontitis behandelt wird und wie Sie selber am besten dieser Erkrankung vorbeugen können.

Quellenangaben zu den oben erwähnten Studien:

\* (Schaefer AS, Richter GM, Groessner-Schreiber B, Noack B, Nothnagel M, et al. (2009) Identification of a Shared Genetic Susceptibility Locus for Coronary Heart Disease and Periodontitis. *PLoS Genet* 5(2): e1000378. doi: 10.1371/journal.pgen.1000378)

\*\* C. Ancuta et al., University of Medicine and Pharmacy, IASI, Romania. Periodontal status in patients with rheumatoid arthritis; FRIO171 abstract.mci-group.com/cgi-bin/mc/printabs.pl#

\*\*\* Davenport ES, Williams CE, Sterne CS et al.: Maternal periodontal disease and preterm low birthweight: Case-control study. *J Dent Res* 81, 313 (1976)

**B M G**  
Beata Magdalena Gregorek  
Zahnärztin in Augsburg

[www.gregorek.de](http://www.gregorek.de) und [www.zahnarzt-augsburg.de](http://www.zahnarzt-augsburg.de)

Brentanenstr. 26  
86167 Augsburg  
Tel. 0821 722028



Diese werden von Bakterien besiedelt, deren Ausscheidungsprodukte das den Zahn umgebende Gewebe und den Knochen zerstören. Die Zähne lockern sich und es tritt **Eiter** aus den Zahnfleischtaschen aus. Es entsteht starker **Mundgeruch**. Im schlimmsten Fall kommt es zum Verlust der Zähne.

## Risiken und Folgen

Leider beschränken sich die Folgen einer Parodontitis nicht nur auf Mund und Zähne. Zahlreiche Untersuchungen belegen, dass an Parodontitis Erkrankte z.B. ein **höheres Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko** haben.

Welche weiteren Gesundheitsschäden auftreten können, entnehmen Sie bitte der Grafik „Parodontitis zieht weite Kreise“.

## Parodontitis-Behandlung

Sie gliedert sich in mehrere Schritte:

- ✓ **Diagnose:** Untersuchung der Zähne und des Zahnfleisches, Messung der Taschentiefen, Feststellung der Lockerungsgrade, Röntgenaufnahmen, evt. Bakterienbestimmung und genetische Risiko-Tests mittels Labor-Untersuchungen.
- ✓ **Vorbehandlung** durch Prophylaxe-Fachkräfte: Entfernung von Zahnstein und Belägen sowie Politur der Zähne und Füllungen (*Professionelle Zahnreini-*

*gung*), Motivation zur Mundhygiene und Üben der richtigen Zahnpflege und zahngesunden Ernährung.

- ✓ **Behandlung** durch den Zahnarzt: Sorgfältige Reinigung und Glättung der Wurzeloberflächen, Beseitigung von überstehenden Füllungs- und Kronenrändern, ggf. chirurgische Maßnahmen zur Wiederherstellung des Knochens und des Zahnfleisches. Diese Behandlung erfolgt i.d.R. in mehreren Sitzungen und natürlich unter örtlicher Betäubung. In Einzelfällen kann der Einsatz von Antibiotika notwendig sein.
- ✓ **Nachbehandlung** und Kontrolle durch Zahnarzt und Prophylaxe-Fachkräfte: Nur durch regelmäßige Professionelle Zahnreinigungen kann ein Wiederaufflammen der Parodontitis verhindert werden.

Man weiß heute, dass ca. 30 % der Zahnoberflächen selbst bei guter häuslicher Zahnpflege nicht erreicht werden. An diesen Stellen sammeln sich wieder bakterielle Beläge an, die zu erneuten Entzündungen führen können.

## Über 60 % der Bevölkerung unterschätzen Zahnfleischbluten

Wie gefährlich empfinden Sie es, wenn Ihr Zahnfleisch manchmal bluten würde?



Quelle: EMROS, Stand Dezember 2006

Grafik: Initiative proDente e.V.

## Zahnfleischbluten als erstes Anzeichen von Parodontitis wird oft unterschätzt.

## Vorbeugung

Sie selbst können eine Menge tun, um Ihre Zähne und Ihr Zahnfleisch ein Leben lang gesund zu erhalten.

- ✓ Benutzen Sie die empfohlenen Mundpflegemittel und befolgen Sie unsere Ratschläge zur richtigen Mundhygiene.
- ✓ Lassen Sie Ihre Zähne regelmäßig kontrollieren und professionell reinigen.
- ✓ Stärken Sie Ihr Immunsystem durch eine gesunde Ernährung mit viel Obst und Gemüse, durch regelmäßigen Ausdauersport und eine positive Lebenseinstellung.
- ✓ Vermeiden Sie chronischen Stress.
- ✓ Hören Sie mit dem Rauchen auf.

## In guten Händen

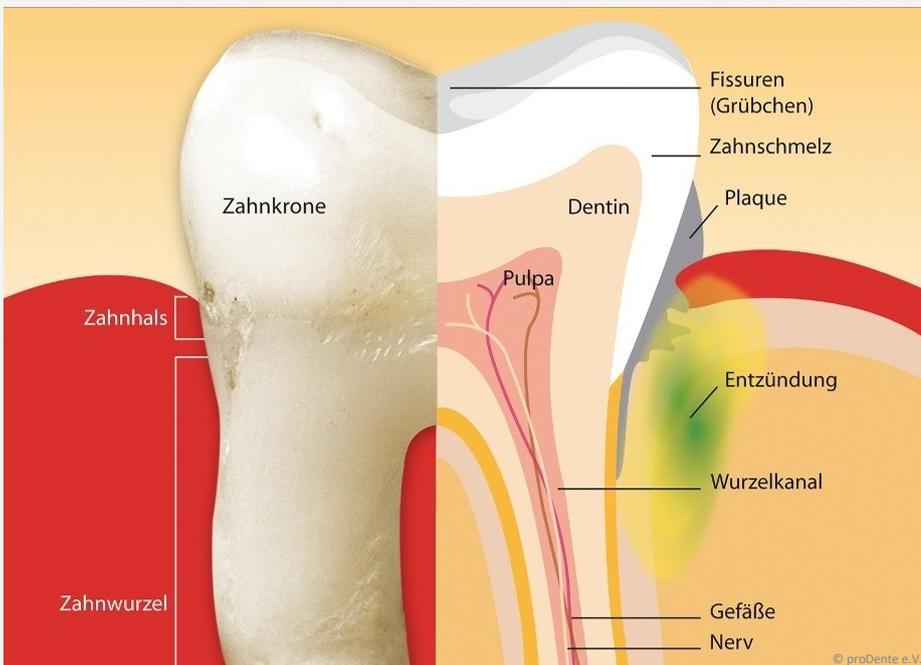
Wir verfügen in unserer Praxis über eine langjährige Erfahrung in der Parodontalbehandlung und bilden uns laufend auf diesem Gebiet fort.

Unsere Prophylaxe-Fachkräfte führen die Reinigung Ihrer Zähne durch und beraten Sie bei der Mundhygiene und Ernährung.

Durch regelmäßige Fortbildungen von Zahnarzt und Prophylaxe-Fachkräften ist eine Behandlung nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen gewährleistet.

Nutzen Sie diese Erfahrung und Kompetenz für die Gesundheit Ihrer Zähne und für Ihr Wohlbefinden!

Erhalten Sie Ihre Zähne ein Leben lang!



Bakterien und Zahnstein führen zu Entzündungen und Zahnfleisch-Taschen

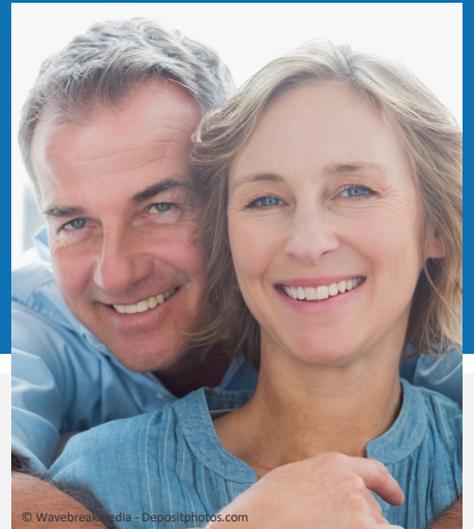


Die wichtigsten Informationen auf zwei Seiten:

# Was Sie über Zahnimplantate wissen sollten

Immer mehr Menschen entscheiden sich heutzutage für fest-sitzenden Zahnersatz auf Implantaten. Warum?

Wenn einzelne oder mehrere Zähne fehlen, stellt sich oft die Frage, wie diese ersetzt werden können. Ist es besser, bei einer Zahnlücke eine Brücke zu machen oder ein Implantat mit Krone? Können statt einer herausnehmbaren Teilprothese nicht auch Brücken auf Implantaten gemacht werden? Und was ist mit den sog „Dritten“, wenn diese nicht richtig halten: Können hier nicht Implantate helfen? Die Antworten auf diese Fragen und noch mehr wertvolle Informationen finden Sie hier:



Mit Implantaten fühlen Sie sich sicher beim Reden und Lachen und können das Leben genießen.

## Was sind Implantate?

Zahnimplantate sind **künstliche Zahnwurzeln**, die in den Kieferknochen eingesetzt werden, um verloren gegangene Zähne zu ersetzen.

Sie tragen Einzelkronen oder Brücken und sie können herausnehmbaren Zahnersatz (Teil- oder Totalprothesen) wieder sicher verankern oder durch komplett fest sitzende Zähne ersetzen.

Zahnimplantate werden schon seit mehreren Jahrzehnten eingesetzt und sind heute eine **bewährte Behandlungsmethode** zur Wiederherstellung der Kaufunktion.

Sie bestehen aus **Titan** oder aus **Keramik**. Implantate sind gewebefreundlich und gehen mit dem Knochen einen festen Verbund ein. Ihre Form ist zylindrisch (mit oder ohne Schraubengewinde) und ihre Länge beträgt je nach Erfordernis 8-16 mm und ihr Durchmesser ca. 3-5 mm.

Es gibt sog. einteilige und zweiteilige Implantate: Die **einteiligen** Implantate bestehen aus einem Pfosten, der nach der Implantation aus dem Zahnfleisch herausragt. Auf diesem wird die Zahnkrone befestigt.

Bei **zweiteiligen** Systemen wächst das Implantat zunächst unter dem Zahnfleisch ein. Nach der Einheilungs-Phase wird das Implantat freigelegt. Dann wird ein Aufbau-pfosten in das Implantat eingesetzt, der über das Zahnfleisch herausragt. Auf diesem Aufbau werden dann Kronen, Brücken oder herausnehmbarer Zahnersatz befestigt.

## Wann wählt man Implantate?

**Bei Zahnlücken:** Einzelne oder mehrere fehlende Zähne können durch ein Implantat mit Krone ersetzt werden. Das erspart das Abschleifen der Nachbarzähne für eine Brücke.

**Bei fehlenden hinteren Zähnen:** Statt einer herausnehmbaren Teilprothese können hier fest sitzende Implantate mit Kronen oder Brücken gemacht werden. Es ist, als ob man wieder eigene Zähne hätte.

**Bei Totalprothesen:** Hier gibt es zwei Möglichkeiten:

1. Man kann schlecht sitzende Prothesen (vor allem im Unterkiefer) mit Implantaten so gestalten, dass sie wieder gut und sicher halten.
2. Man setzt pro Kiefer 6 - 8 Implantate und befestigt auf diesen sog. Brücken. Damit kann man ganz auf die herausnehmbare Prothese verzichten und man hat wieder komplett fest sitzende Zähne.

## Voraussetzungen für Implantate

Das **Kieferwachstum muss abgeschlossen sein**. Das bedeutet, dass Implantate erst im Erwachsenenalter gemacht werden können. Der Kieferknochen muss **genügend Platz** für ein Implantat bieten. Gegebenenfalls kann der Knochen operativ verbreitert oder erhöht werden.

\* **Bisphosphonate:** Medikamente, die gegen Osteoporose, Knochtumore und Knochenmetastasen eingenommen werden.

Der Patient muss eine **gute Mundhygiene** haben, damit es zu keinen Entzündungen um das Implantat herum kommt.

## Wann können keine Implantate gesetzt werden?

- ✓ Bei schweren Herz-Kreislaufkrankungen
- ✓ Bei starken Blutgerinnungsstörungen
- ✓ Bei Immunerkrankungen (z.B. HIV)
- ✓ Bei starken Wundheilungsstörungen
- ✓ Bei **nicht eingestelltem Diabetes**
- ✓ Bei Knochenmarks-Erkrankungen
- ✓ In Kieferknochen, der bestrahlt wurde
- ✓ Bei Erkrankungen, bei denen **dauerhaft Cortison** oder **Chemotherapeutika** eingenommen werden müssen
- ✓ Bei **Bisphosphonat-Medikation** \*
- ✓ Bei **nicht ausgeheilten Parodontitis**

In folgenden Fällen sind Implantate nur eingeschränkt möglich:



© Utnapistims1 - Depositphotos.com

Wie Implantate Ihre Lebensqualität deutlich verbessern können, erfahren Sie auf der nächsten Seite!



# Mehr Lebens-Qualität mit fest sitzenden Zähnen

- ✓ Suchterkrankungen (Drogen, Alkohol, Nikotin)
- ✓ Unzureichende Mundhygiene

## Die Vorteile von Implantaten

- ✓ **Erhalt des Knochens:** Nach dem Ziehen eines Zahnes schrumpft der Knochen in diesem Bereich. Durch das baldige Einsetzen eines Implantates kann das verhindert werden.
- ✓ **Schonung gesunder Nachbarzähne:** Es müssen keine gesunden Zähne für eine Brücke beschliffen werden.
- ✓ **Fester Halt:** Implantate sind so fest wie eigene Zähne. Das gibt Sicherheit beim Kauen und Sprechen.

Für einen Patienten, der seit Jahren nicht mehr fest zubeißen konnte oder wegen einer unvorteilhaften Prothese nicht mehr herzlich gelacht hat, werden Implantate eine besonders große Hilfe sein.

Auf eine seit Jahren störende Gaumenabdeckung kann durch Implantate weitgehend verzichtet werden – man schmeckt und fühlt wieder wie früher. Mit einem Satz:

**Die Lebensqualität steigt wieder deutlich!**

## Wie lange halten Implantate?

Grundsätzlich können Implantate ein Leben lang halten. Untersuchungen haben gezeigt, dass nach 10 Jahren noch etwa 95 Prozent der Implantate fest waren.

Übrigens: Es gibt **keine Altersbegrenzung** nach oben für eine Implantat-Versorgung. Gerade im höheren Alter können Implantate ganz wesentlich die Lebensqualität und Gesundheit steigern, weil mit ihnen wieder normales und kräftiges Kauen möglich ist.

Die Haltbarkeit von Implantaten hängt auch wesentlich davon ab, wie sie gepflegt werden. Genauso wie bei eigenen natürlichen Zähnen ist eine regelmäßige und sorgfältige häusliche Mundpflege erforderlich.

Dazu kommen regelmäßige Kontrollen durch den Zahnarzt und professionelle Reinigungen in der Praxis.

## Welche Risiken gibt es?

Wie bei jeder Operation kann es auch während einer Implantation zu Komplikationen kommen. Das können Verletzungen von Nerven und Nachbarzähnen, Blutungen und die Eröffnung der Kieferhöhle sein.

Durch eine sorgfältige Untersuchung, Planung und Vorgehensweise und mit entsprechender Erfahrung des Operators können solche Komplikationen weitgehend vermieden werden. Sie sind deshalb auch sehr selten.

Zu den möglichen Komplikationen nach einer Implantation zählen Wundheilungsstörungen und Infektionen, die zum Implantatverlust führen können. Auftretende Schwellungen und Blutungen können i.d.R. medikamentös beherrscht werden.

Als Spätkomplikationen können chronische Infekte auftreten, die zum Knochenabbau und Implantatverlust führen können.

## Was kosten Implantate?

Diese Frage kann nicht pauschal beantwortet werden. Der Preis hängt verständlicherweise von der Anzahl, dem Aufwand, der Schwierigkeit und den Ansprüchen des Patienten ab.

Sie erhalten in jedem Fall vor Beginn der Behandlung eine eingehende Beratung und einen detaillierten Heil- und Kostenplan.

**Private Versicherer** erstatten i.d.R. die Kosten entsprechend der vertraglichen Vereinbarung.

**Gesetzliche Krankenkassen** zahlen einen Zuschuss für den Zahnersatz (Kronen, Brücken, Prothesen), der auf die Implantate kommt, nicht jedoch für die Implantate selbst.

Bedenken Sie bei Ihrer Entscheidung für Implantate: Die finanziellen Aufwendungen erscheinen in einem anderen Licht, wenn durch Implantate Ihre Lebensqualität und Gesundheit wesentlich gefördert werden.

## Langjährige Erfahrung

Wir verfügen in unserer Praxis über eine **langjährige Erfahrung** in der Implantat-Behandlung. Zu Ihrer Sicherheit werden in unserer Praxis ausschließlich Implantate renommierter Hersteller verwendet.

Bei der Herstellung des Implantat-Zahnersatzes arbeiten wir eng mit spezialisierten Dentallabors zusammen, um die bestmögliche Qualität für Ihre neuen Zähne zu erreichen und Ihren ästhetischen Ansprüchen auf höchstem Niveau zu genügen.



**Mit Zahnimplantaten können Sie sicher reden und lachen. Sie können beim Essen wieder wählen, was Sie wollen und herzhaft zubeißen. Damit können Sie endlich wieder aktiv am Leben im Kreis Ihrer Familie teilnehmen.**



Probleme mit schlecht haftenden Zahnprothesen?

# So sitzen Ihre „Dritten“ wieder fest wie eigene Zähne!

Lesen Sie hier, wie einfach und preisgünstig Zahnprothesen mit Implantaten befestigt werden können – in jedem Alter!

Das Leben mit den „Dritten“ ist nicht immer leicht: Viele Prothesen – vor allem im Unterkiefer – halten schlecht. Man kann nicht mehr herzhaft zubeißen und kauen. Man fühlt sich unsicher beim Reden und Lachen. Speisereste setzen sich unter den Prothesen fest und manchmal kommt es zu unangenehmen Druckstellen. Das alles kann einem den Spaß am Leben gründlich verderben. Geht es Ihnen auch so? Wollen Sie wieder kraftvoll zubeißen, sicher reden und unbeschwert lachen können? Hier erfahren Sie, wie einfach das geht!



Mehr Lebensfreude und Sicherheit mit Implantaten

## Aktiv dabei sein

Menschen jeden Alters wollen heutzutage aktiv am Leben teilnehmen: In ihrer Familie, im Freundeskreis und bei gesellschaftlichen Anlässen. Dazu gehört auch, dass man sich sicher fühlt beim Essen, Reden und Lachen.

Wer wackelige Zahnprothesen hat, weiß, dass das nicht immer einfach ist:

- ✓ Man kann nicht mehr richtig abbeißen und kauen. Die Prothese bewegt sich und man fühlt sich unsicher und gehemmt.
- ✓ Speisereste kommen unter den Zahnersatz und man muss zwischendurch ins Bad, um die Prothesen wieder zu säubern.
- ✓ Auch mit Haftcreme hält der Zahnersatz oft nicht zuverlässig. Und nicht jeder mag das ständige Kleben und mühsame Reinigen.
- ✓ Manchmal kann man nicht richtig sprechen, da die Prothese verrutscht ist.

## Bewährt, schonend und sanft

Mit Implantaten können „Dritte“ einfach und zuverlässig befestigt werden. Das ist **in jedem Alter möglich**.

Oft können sogar an Stelle herausnehmbarer Prothesen wieder **komplett feste Zähne** eingesetzt werden.

Implantate sind eine erprobte Methode, die sich **millionenfach bewährt** hat. Dabei werden kleine Schrauben aus Titan oder Keramik in den Kiefer eingesetzt.

Das geschieht schonend und ist in den meisten Fällen schmerzfrei. Nach dem Einwachsen der Implantate kann der Zahnersatz an diesen befestigt werden. Dadurch bekommt er wieder seinen sicheren Halt.

Wenn mehrere Implantate pro Kiefer möglich sind, können darauf an Stelle der Prothesen fest sitzende Brücken gemacht werden.

## Langjährige Erfahrung

Wir haben in unserer Praxis langjährige Erfahrung mit Implantaten. Um Sie nach modernsten wissenschaftlichen Erkenntnissen betreuen zu können, bilden wir uns laufend fort.

## Günstiger als man denkt

Implantate kosten weniger als Sie vielleicht denken. Private Krankenkassen erstatten entsprechend der vertraglichen Regelungen.

Gesetzliche Krankenkassen leisten einen Zuschuss zum Zahnersatz, nicht jedoch zu den Implantaten. Trotzdem: Für wenige Tausend Euro erhalten Sie spürbar **mehr Lebensqualität und Sicherheit**.

## Neue Lebensfreude

Stellen Sie sich vor, wie es ist, wenn Sie wieder kraftvoll abbeißen und gut kauen können. Freuen Sie sich an Ihrer neu gewonnenen Sicherheit im Umgang mit anderen Menschen.



Endlich wieder alles essen können, was man mag!

**B M G**  
Beata Magdalena Gregorek  
Zahnärztin in Augsburg

[www.gregorek.de](http://www.gregorek.de) und [www.zahnarzt-augsburg.de](http://www.zahnarzt-augsburg.de)

Brentanostr. 26  
86167 Augsburg  
Tel. 0821 722028



# Zähneknirschen und seine gesundheitlichen Folgen

Warum häufige Kopfschmerzen, Nackenverspannungen und Bandscheibenprobleme von den Zähnen kommen können

Etwa ein Drittel aller Menschen hat Kiefergelenksprobleme oder ernsthafte Zahnschäden, die vom Zähneknirschen oder Pressen kommen. Die Folgen äußern sich nicht nur im Mund (z.B. in Form kalteempfindlicher Zähne), sie können auch zu Kopfschmerzen, Ohrengeräuschen, Verspannungen der Nackenmuskulatur und zu Bandscheibenproblemen führen. Die Betroffenen wandern oft von Arzt zu Arzt, ohne dass ihnen wirklich geholfen werden kann. Dabei kann der Zahnarzt in vielen Fällen durch relativ einfache Maßnahmen die Beschwerden lindern. Wie ist das möglich?



Kopfschmerzen und Nackenverspannungen können auch vom Zähneknirschen kommen

## Kennen Sie das?

Sie wachen morgens auf und fühlen sich wie gerädert. Sie haben Kopfschmerzen, Ihr Nacken ist verspannt und Ihre Schläfen tun weh. Um Ihren Kiefer in Gang zu bringen, müssen Sie erst einmal Ihre Wangen massieren und wenn Sie den Mund weit öffnen, knackt es in den Kiefergelenken. Vielleicht fühlen sich auch Ihre Ohren taub an. Das alles deutet darauf hin, dass Sie nachts mit Ihren Zähnen knirschen oder pressen! Woher kommt das? Was für Folgen kann das haben? Und was kann man dagegen tun? Wenn Ihnen die oben beschriebenen Symptome bekannt vorkommen, sollten Sie das Folgende lesen. Es geht nämlich meistens um mehr als „nur“ um Ihre Zähne.

## Craniomandibuläre Dysfunktion (CMD)

Mit diesem Begriff werden in der Zahnmedizin Störungen in der Funktion der Zähne, Kiefergelenke, Kaumusculatur und angrenzenden Muskeln und Sehnen bezeichnet. Frei übersetzt bedeutet er „Schädel-Unterkiefer-Fehlfunktion“

Cranium = Schädel  
Mandibula = Unterkiefer  
Dysfunktion = Fehlfunktion

## CMD-Behandlung

Die Behandlung von Zahn- und Kieferfehlstellungen, Kiefergelenks- und Kaumuskelerkrankungen und möglicher stressbedingter Hintergründe für das Zähneknirschen und Pressen.

## Die ersten Zeichen

Zähneknirschen und Zähnepressen äußern sich zuerst an den Zähnen selbst:

- ✓ Einzelne Zähne haben sog. **Schliffflächen: Das sind abgenutzte Stellen, die wie „Diamantschliff“ aussehen.**
- ✓ Die **Spitzen der Eckzähne können abgeflacht sein.**
- ✓ Die **Schneidekanten der Vorderzähne sind teilweise ausgebrochen oder erscheinen durchsichtig wie Glas.**
- ✓ Das **Zahnfleisch geht an vielen Zähnen zurück und die Zahnhälse sind empfindlich gegen Kälte, Wärme, Süßes, Saures oder auch beim Zähneputzen.**

## Zunge

Manche Patienten pressen ihre Zunge gegen die Zähne. Wenn sie in den Spiegel schauen, können sie die Eindrücke ihrer Zähne in der Zunge sehen. Manchmal spüren sie ein Brennen oder Kribbeln in der Zunge oder sie fühlt sich taub und wund an.

## Kiefergelenk

Die unnatürliche Belastung durch Knirschen und Pressen führt über kurz oder lang auch zu Folgen in den Kiefergelenken:

- ✓ **Eines oder beide Kiefergelenke knacken bei Mundbewegungen.**
- ✓ **Es können Reibegeräusche in den Kiefergelenken auftreten.**
- ✓ **Die Mundöffnung ist eingeschränkt.**
- ✓ **Nach einer weiten Öffnung lässt sich der Mund nicht mehr schließen.**

## Kaumuskulatur

Die Kaumusculatur übersäuert durch die unnatürlich lange und starke Belastung beim Pressen und Knirschen. Sie schmerzt wie bei einem „Muskelkater“. Durch das anhaltende nächtliche „Training“ verdicken sich die Kaumuskeln. Dadurch wirken die Kieferwinkel sehr markant und im Extremfall wie „Hamsterbacken“. Das Problem ist: Da die Kaumuskeln durch das „Training“ kräftiger werden, erhöht sich auch der Druck beim Pressen und Knirschen. So können sich die Probleme noch weiter verstärken.

## Bewegungsapparat

Kaumuskulatur und die Muskeln des Halses, der Schulter, der Arme und des Rückens hängen zusammen. Störungen im Bereich der Kaumusculatur können sich so auf diese anderen Muskeln auswirken und zu Verspannungen und Bewegungseinschränkungen führen.

Das gilt auch für das Skelett, das vom Kopf bis zu den Füßen fein austariert ist: Wenn man die Wirbelsäule von hinten betrachtet, ist sie normalerweise kerzengerade.

Bei Fehlstellungen der Kiefer kann die gesamte Statik der Wirbelsäule und des Beckens gestört sein: Die Wirbelsäule verkrümmt sich S-förmig und es kann zu Bandscheibenproblemen kommen. Das Becken kann schief stehen, was zu ungleichen Beinlängen und Haltungsschäden führen kann.



## Die Ursachen

Prinzipiell gibt es zwei Ursachen-Komplexe:

1. Den Bereich der Kiefer und der Zähne
2. Stress und seelische Belastung

Schauen wir uns zuerst Zähne und Kiefer an. Alles, was vom normalen Zusammenbiss der Zähne abweicht, kann Auslöser für Knirschen und Pressen sein:

- ✓ **Zahnwanderungen und Kippungen**
- ✓ **Zu hoch oder falsch gestaltete Füllungen und Zahnersatz**
- ✓ **Unregelmäßige Zahnstellungen nach kieferorthopädischer Behandlung**
- ✓ **Genetisch bedingte Entwicklungsstörungen der Kiefer**

Allerdings: Nicht jeder, der falsch stehende Zähne oder Kiefer hat, knirscht! Viele Menschen können völlig problemlos damit leben. Andererseits gibt es Patienten, bei denen schon kleinste Unregelmäßigkeiten im Mund Knirschen und Pressen auslösen.

Bei diesen Menschen spielen Stress und seelische Belastungen eine große Rolle. Hier muss man aber zwischen zwei Gruppen unterscheiden:

Man hat bei Untersuchungen festgestellt, dass manche Menschen vor einem wichtigen Ereignis (z.B. Prüfung, Einstellungsgespräch) sehr stark mit den Zähnen knirschen. Am stärksten in der Nacht davor. Nachdem die belastende Situation vorbei ist, verschwinden auch wieder Knirschen und Pressen.

Bei der zweiten Gruppe handelt es sich um Menschen, die entweder durch die **Anhäufung von belastenden Erlebnissen** unter seelischen Druck gekommen sind, oder die unter **permanenter psychischer Anspannung** sind, oder die ein **ungünstiges psychisches Grundmuster** haben.

Man weiß aus Untersuchungen, dass die Anhäufung belastender Erlebnisse dazu führt, dass diese Menschen diese Ereignisse im Traum zu verarbeiten versuchen. Das geht mit einer erhöhten inneren Anspannung einher, die sich in Knirschen und Pressen äußern kann. Zu diesen belastenden Erlebnissen können gehören

- ✓ **Tod eines nahestehenden Menschen**
- ✓ **Trennung und Scheidung**
- ✓ **Eigene Verletzung oder Krankheit**
- ✓ **Entlassung**
- ✓ **Ungünstige finanzielle Veränderungen**
- ✓ **Wohnungswechsel**

Daneben gibt es solche Menschen, die unter einer dauerhaften seelischen Belastung stehen, zum Beispiel:

- ✓ **Ärger am Arbeitsplatz**
- ✓ **Unglückliche Beziehung**
- ✓ **Finanzielle Sorgen**
- ✓ **Stress mit den Kindern**

Bei der dritten Untergruppe handelt es sich um Menschen, die bildlich gesprochen „alles in sich hineinfressen“. Sie können ihren Gefühlen keinen freien Lauf lassen, trauen sich nicht, sich zu wehren und fühlen sich oft ohnmächtig ausgeliefert. Bei diesen Menschen staut sich der ganze seelische Frust im Inneren an. Dieser permanente psychische Druck führt zu einer deutlich erhöhten Muskelspannung und in vielen Fällen zu starkem Knirschen und Pressen mit den Zähnen.

Ganz generell gilt, dass seelische Ursachen viel häufiger und stärker sind als z.B. Zahnfehlstellungen. Die sind oft nur der Auslöser für Knirschen und Pressen.

## Wie kann der Zahnarzt helfen?

Zunächst einmal, indem er den Patienten ausführlich zu seinen Beschwerden und eventuellen seelischen Hintergründen befragt. Dabei muss er nicht einmal unbedingt wissen, **was** den Patienten seelisch belastet, sondern nur, **ob** es da etwas gibt.

Darauf erfolgt eine gründliche Untersuchung der Zähne, der Kieferstellung, der Kaumuskulatur und der Kiefergelenke. In manchen Fällen sind dafür bestimmte instrumentelle Analysen der Kieferbewegungen mit speziellen Geräten erforderlich.

Vor allem wird der Zahnarzt darauf achten, ob es im Mund Auslöser für Knirschen und Pressen gibt: Fehlstellungen von Zähnen und Kiefer, Störkontakte durch Füllungen oder Zahnersatz, die zu hoch sind, nicht eindeutige Bisslage nach einer kieferorthopädischen Behandlung usw.

## Aufbiss-Schienen

Eine der häufigsten Maßnahmen sind sog. Aufbiss-Schienen. Das sind speziell gestaltete harte oder weiche Folien aus Kunststoff, die auf die Zähne eines Kiefers gesteckt werden. Meistens im Oberkiefer und meistens auch nur bei Nacht. Es gibt verschiedene Varianten solcher Schienen und der Zahnarzt wählt sie jeweils individuell passend aus.

Der Zweck dieser Schienen ist es

- ✓ **Störkontakte auszugleichen**
- ✓ **den Unterkiefer in eine stabile und eindeutige Position zu bringen**
- ✓ **Kiefergelenke und Kaumuskulatur zu entlasten**
- ✓ **Pressen und Knirschen zu verhindern**

Mit dieser einfachen Sofortmaßnahme können oft erstaunlich schnelle und deutliche Verbesserungen erzielt werden.

Natürlich müssen vorhandene Störkontakte und Fehlstellungen später dauerhaft korrigiert werden, z.B. durch neue Füllungen, exakt sitzenden Zahnersatz oder eine kieferorthopädische Behandlung.

## Medikamente

In schweren Fällen kann es notwendig sein, dass der Zahnarzt vorübergehend spezielle Medikamente verordnet, welche die akuten Beschwerden des Patienten lindern.

## Anleitung zu Massagen und Übungen

Wenn die Kaumuskeln durch Knirschen und Pressen übersäuert, verhärtet und schmerzhaft sind, kann der Patient durch bestimmte Eigenmassagen diese Muskeln wieder entspannen. Fehlfunktionen des Kaustystems können ebenfalls durch bestimmte Übungen korrigiert werden.

## Überweisung an Physiotherapeuten

Wenn Haltungs- oder andere orthopädische Schäden vorliegen, müssen oft Behandlungen durch Physiotherapeuten oder Osteopathen dazukommen.

## Persönliches Gespräch

Wenn der Zahnarzt den Eindruck hat, dass Knirschen und Pressen ihre Hauptursache in einer seelischen Belastung des Patienten haben, wird er ihm empfehlen, entsprechende professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Stress und schwierige Lebenssituationen können jeden treffen und haben nichts mit „Psycho“ zu tun. Es ist kein Makel, Hilfe von außen anzunehmen, um wieder sein seelisches Gleichgewicht zu finden.

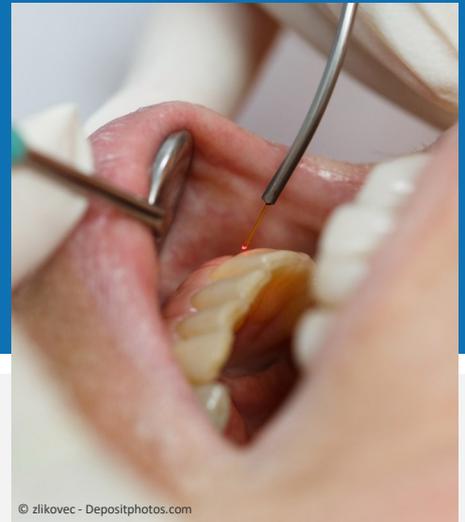


Ihre Zahnarztpraxis informiert:

# Laser-Behandlung: Schmerzarm und blutungsfrei

Mit moderner Laser-Technik in der Zahnmedizin haben viele Eingriffe ihren früheren Schrecken verloren.

Bisher mussten bei vielen zahnärztlichen Eingriffen Zähne und Zahnfleisch stark betäubt werden. Das war für Patienten mit Spritzenangst eine Qual und das pelzige Gefühl danach empfanden viele als lästig. Dazu waren diese Eingriffe mit Blutungen während und nach der Operation verbunden. Das ist jetzt vorbei. Mit Dental-Lasern können viele Eingriffe schneller, schonender, nahezu schmerzfrei und ohne Blutungen durchgeführt werden. Oft ist nicht einmal mehr eine Betäubung notwendig. Laser können aber noch viel mehr, wie Sie gleich erfahren werden:



© zlikovec - Depositphotos.com

*„Immer mehr unserer Patienten schätzen die Behandlung mit Laserlicht, weil es weniger schmerzt und nicht blutet.“*

## Was sind Dental-Laser?

Lasere arbeiten mit gebündeltem Licht bestimmter Wellenlängen. Mit ihnen können zahlreiche Eingriffe im Mund wesentlich schneller und schonender als früher durchgeführt werden.

Man unterscheidet zwischen sog. Hartgewebe-Lasern für die Knochenchirurgie und Weichgewebe-Lasern (sog. Dioden-Laser). Dabei ersetzt das Laserlicht das Skalpell oder andere Schneideinstrumente.

Wir verwenden in unserer Praxis einen **Weichgewebe-Laser**. Damit können Eingriffe am Zahnfleisch zügiger als bisher durchgeführt werden. Für Sie hat es den Vorteil, dass die Behandlung schneller vorbei ist.

Das ist aber noch nicht alles: Die Wundheilungszeit verkürzt sich ebenfalls. Das bedeutet, dass Sie weniger Nachschmerzen haben und wieder schneller fit sind. Außer für operative Eingriffe am Zahnfleisch können Dioden-Laser noch für viele andere Zwecke vorteilhaft genutzt werden. Welche das sind, erfahren Sie im Folgenden:

## Wofür nimmt man den Laser?

**Tiefe Karies:** Wenn Zähne tiefe Löcher haben, ist der Zahnnerv durch Karies-Bakterien gefährdet. Er kann sich entzünden, heftig schmerzen oder sogar absterben. Nach der Entfernung des weichen kariösen Materials werden die übrig gebliebenen Bakterien mit dem Laserlicht abgetötet und dann erst wird der Zahn wieder gefüllt. Dadurch steigen die Chan-

cen, dass der Zahnnerv ruhig bleibt und sich wieder erholt.

**Wurzelbehandlungen:** Wenn Zahnnerven abgestorben sind, besiedeln Bakterien das Innere des Zahnes. Sie können dazu führen, dass es trotz einer sorgfältigen Wurzelfüllung zu Entzündungen um die Zahnwurzel herum kommt. Mit einem Laser können die Bakterien im Inneren des Zahnes abgetötet werden. Das erhöht die Erfolgswahrscheinlichkeit für die Behandlung erheblich.

**Wurzelspitzenamputationen:** Manchmal muss die Wurzelspitze eines abgestorbenen Zahnes chirurgisch entfernt werden, um Entzündungen um die Wurzelspitze herum zu beseitigen. Mit Laserlicht können die Bakterien, die die Entzündung hervorgerufen haben, abgetötet und der Heilungsprozess verbessert werden.

**Parodontitis:** Bei einer Parodontitis ist das sog. Zahnbett entzündet: Das Zahnfleisch hat sich vom Zahn abgelöst und es sind sog. Zahnfleischtaschen entstanden. In diesen Taschen können sich Bakterien ungehemmt vermehren und langfristig bewirken, dass sich der Kieferknochen zurückbildet und die Zähne locker werden.

Mit herkömmlichen Methoden können diese Bakterien nicht wirklich beseitigt werden. Deshalb werden in vielen Fällen Antibiotika eingesetzt. Das kann leider zu unerwünschten Nebenwirkungen führen. Mit Laser können die Parodontitis-Bakterien ohne Nebenwirkungen abgetötet werden. Das sind die besten Voraussetzungen für die Ausheilung der Parodontitis.

**Zahnfleischoperationen:** Bisher mussten Eingriffe am Zahnfleisch mit dem Skalpell oder einem elektrischen Schneideinstrument vorgenommen werden. Dazu war eine starke Betäubung notwendig. Es blutete stark, Patienten hatten Nachbeschwerden und oft kam es zu einem unerwünschten Zahnfleischrückgang im Operationsbereich.

Für Laser-Operationen wird kein oder nur wenig Betäubungsmittel benötigt, es blutet nicht, die Wunden verheilen schneller und das Zahnfleisch geht nicht zurück.

## Laser-Behandlungen: Die wichtigsten Vorteile im Überblick:

- ✓ Schonenderer und schnellerer Eingriff
- ✓ Schmerzarm bis schmerzfrei
- ✓ Weniger bis keine Betäubung nötig
- ✓ Keine Blutung
- ✓ Schnellere Wundheilung
- ✓ Weniger Nachbeschwerden
- ✓ Weniger Schwellung und Schmerzen
- ✓ Schnelle Hilfe bei Herpes und Aphten
- ✓ Zahnaufhellung in einer Sitzung

**B M G**  
Beata Magdalena Gregorek  
Zahnärztin in Augsburg

[www.gregorek.de](http://www.gregorek.de) und [www.zahnarzt-augsburg.de](http://www.zahnarzt-augsburg.de)

Brentanenstr. 26  
86167 Augsburg  
Tel. 0821 722028



**Implantate freilegen:** Manche Implantate müssen unter dem Zahnfleisch einheilen und nach einer gewissen Zeit wieder freigelegt werden. Statt wie bisher mit Spritze und Skalpell können Implantate mit Laser jetzt ohne (oder nur mit sehr wenig) Betäubung und blutungsfrei geöffnet werden. Auch nach dem Eingriff ist so gut wie nichts zu spüren.

**Implantate schützen:** Manchmal kommt es um Implantate herum zu Entzündungen. Im schlimmsten Fall kann das dazu führen, dass sie locker werden. Bisher war es nur sehr schwer möglich, solche Entzündungen in den Griff zu bekommen. Mit Laser ist das jetzt sehr viel einfacher. Damit können die entzündungsverursachenden Bakterien schonend, sanft und kaum spürbar beseitigt werden.

**Freilegung von Zähnen:** Bei Kindern und Jugendlichen kann es vorkommen, dass einzelne Zähne nicht durchbrechen. Sie bleiben unter dem Zahnfleisch verborgen. Bisher musste in solchen Fällen gut betäubt werden. Dann wurde der Zahn mit dem Skalpell oder einem elektrischen Schneide-Instrument freigelegt, was zu Blutungen und noch tagelang zu Nachbeschwerden führte.

Jetzt kann die Freilegung mit Laser erfolgen und man benötigt viel weniger an Betäubung. Der Eingriff ist blutungsfrei, der Wundbereich verheilt schneller und es gibt kaum Nachbeschwerden.

**Zahnungsbeschwerden:** Wenn Zähne durchbrechen, können sie oft unangenehme Entzündungen und Schmerzen verursachen. Das gilt besonders für die Weisheitszähne. Mit dem Laser können solche Entzündungen beruhigt und die Schmerzen vermindert werden.

**Abszesse eröffnen:** Abszesse sind starke Schwellungen, die durch Eiter hervorgerufen werden. Sie müssen aufgeschnitten werden, damit der Eiter abfließen kann und der Druck und die Schmerzen nachlassen. Das Problem ist, dass die Eröffnung trotz Spritze oft schmerzhaft ist und dass es teilweise sehr stark blutet.

Die Abszessöffnung mit dem Laser ist weniger schmerzhaft und es blutet auch kaum.

**Lippenband versetzen:** Manchmal muss bei Kindern aus kieferorthopädischen Gründen das sog. Lippenband versetzt werden. Dieser Operation war bisher wegen der erforderlichen Spritze, der Blutung und der Nachbeschwerden unangenehm für die Kinder. Mit Laser kann dieser Eingriff wesentlich schonender durchgeführt werden.

**Zähne für Abformung vorbereiten:** Wenn Zähne Kronen oder Brücken bekommen sollen, müssen sie zuerst geschliffen und dann abgeformt werden. Dabei ist es wichtig, dass der Rand im Bereich des Zahnfleisches exakt erfasst wird.

Aus diesem Grund hat man bisher Fäden zwischen Zahn und Zahnfleisch gedrückt, um den Rand deutlich sichtbar zu machen. Diese Prozedur war nicht nur zeitaufwendig. Sie war auch unangenehm. Mit dem Laser kann das jetzt wesentlich schneller und angenehmer gemacht werden.

### Hilfe bei Herpes und Aphten

Viele Menschen plagen sich mit immer wiederkehrenden Aphten (schmerzhafte Schädigungen der Mundschleimhaut) und lästigem

Lippen-Herpes. Salben und andere Medikamente konnten nicht wirklich helfen. Mit dem Laser können diese plagenden Entzündungen schneller zum Abklingen gebracht werden.

### Schnelle Zahnaufhellung

Viele Menschen wünschen sich hellere Zähne. Das ist in den meisten Fällen auch möglich. Allerdings: Die klassischen Aufhellungsmethoden brauchen ihre Zeit. Unter Lasereinwirkung können Zähne innerhalb einer Stunde deutlich aufgehellt werden.

### Bezahlt die Kasse Laser-Behandlungen?

Kommt darauf an: Gesetzliche Krankenkassen leisten keinen Zuschuss zu dieser modernen und schonenden Art der Behandlung.

Wenn Sie gesetzlich versichert sind, müssen Sie also selbst in Ihre angenehmere und nebenwirkungsärmere Behandlung investieren. Private Kassen erstatten in der Regel entsprechend der vertraglichen Vereinbarungen.



**Lippen-Herpes und sog. Aphten (Schädigungen der Mundschleimhaut) können sehr schmerzhaft sein und einen tagelang plagen. Bisher gab es keine wirkliche Hilfe dagegen. Mit Laser können diese unangenehmen Beschwerden wesentlich schneller zum Abklingen gebracht werden.**



Eine Frage, die sich viele Kassen-Patienten stellen

# Brauche ich eine Zahnzusatz-Versicherung?

Hier finden Sie klare Antworten auf Ihre Fragen und wertvolle Tipps aus der Praxis

Gesetzlich versicherte Patienten fragen uns immer wieder, ob sie eine Zahnzusatz-Versicherung abschließen sollen. Oft lässt sich die Frage mit „JA!“ beantworten. Nur: Bei wem soll diese Versicherung abgeschlossen werden? Und was gilt es dabei zu beachten?

Es gibt eine Reihe von Punkten zu berücksichtigen, damit die Versicherung den gewünschten Nutzen bringt. Außerdem ist das Angebot vielfältig, was die Auswahl zusätzlich erschwert. Hier erfahren Sie, worauf Sie beim Abschluss einer Zahnzusatzversicherung achten müssen:



Rechtzeitig vorsorgen für spätere Zahnbehandlungen und dabei Geld sparen!

## Von der Kasse nur das Nötigste

Gesetzlich Versicherte erhalten von ihrer Krankenkasse eine Basis-Behandlung bezahlt. Diese soll - so das Gesetz - „ausreichend, zweckmäßig und wirtschaftlich“ sein.

Mit dem „ausreichend“ ist es wie in der Schule: Es ist eben kein „gut“ oder „sehr gut“.

„Zweckmäßig“ heißt, der Zahnersatz soll seinen Zweck erfüllen. Ob er auch komfortabel ist und gut aussieht, spielt keine so große Rolle.

„Wirtschaftlich“ bedeutet nichts anderes, als dass die Behandlung so kostengünstig wie möglich durchgeführt werden soll.

Diese von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschussten einfachen Arten des Zahnersatzes werden als Regelleistungen oder Vertragsleistungen bezeichnet.

Auf diese gewährt die Krankenkasse einen sog. Festzuschuss: Dessen Höhe hängt zum einen von der jeweiligen Situation ab (z.B. wie viele Zähne ersetzt werden müssen). Zum anderen hängt sie davon ab, ob der Patient sein Bonusheft regelmäßig geführt hat:

Wer keine regelmäßigen Vorsorgeuntersuchungen beim Zahnarzt hat machen lassen, bekommt den einfachen Zuschuss.

Wer mindestens 5 Vorjahre in Folge beim Zahnarzt war, bekommt einen um 20 % höheren Zuschuss. Bei mindestens 10 Jahren sind es sogar 30 % mehr.

## Regelmäßiger Zahnarztbesuch zahlt sich aus

Sie sehen also: Es lohnt sich, regelmäßig zur Vorsorge zu gehen und das Bonusheft hat nach wie vor seine Gültigkeit!

Trotz alledem: Der Festzuschuss deckt nur einen Teil der Kosten ab und der Versicherte muss in der Regel selbst in die Tasche greifen, wenn er neue Zähne braucht.

## Klasse statt Kasse!

Es geht auch anders! **Mit der richtigen Zusatzversicherung kann sich jeder die für ihn optimale und auch ästhetische Zahnbehandlung leisten.**

Im Grunde kann er sich **wie ein Privatpatient** behandeln lassen und bekommt trotzdem den größten Teil der Kosten erstattet. Dazu einige Beispiele:

## Füllungen

Als Kassenpatient haben Sie die Wahl zwischen Amalgam und kurzlebigen Kunststoff-Füllungen. Wenn Sie eine dauerhaftere und schönere Lösung wollen, sollten Sie sich für **Komposit-Füllungen\*** oder für **Keramik-Inlays\*** entscheiden.

\* **Komposit:** Keramikverstärkter Kunststoff

\*\* **Keramik-Inlay:** Sog. Einlagefüllung aus Keramik, die außerhalb des Mundes hergestellt und dann im Zahn befestigt wird.

## Kronen und Brücken

Einfache Kassenkronen bestehen aus einem Metallkern im Inneren, der außen mit Keramik überzogen ist. Der Nachteil: Wenn das Zahnfleisch zurückgeht, wird der dunkle Metallrand sichtbar. Besonders bei den Schneidezähnen ist das äußerst störend.

Wenn Sie wirklich schöne Zähne wollen, sollten Sie sich für Kronen und Brücken aus **reiner Keramik** entscheiden.



**Metallkeramik-Kronen mit dunklen Rändern (links) und ästhetische Kronen aus reiner Keramik (rechts).**

## Implantate

Immer mehr Menschen entscheiden sich für Implantate, weil sie so fest wie eigene Zähne sind. Mit diesen künstlichen Zahnwurzeln kann das Beschleifen gesunder Zähne für Brücken und oft auch herausnehmbarer Zahnersatz vermieden werden.

Mit der richtigen Zahnzusatz-Versicherung können Sie sich diese moderne und komfortable Art des Zahnersatzes leisten. **Das bedeutet ein deutliches Plus an Lebensqualität für Sie!**

**Auf der nächsten Seite erfahren Sie, warum eine Zusatzversicherung schon für Kinder sinnvoll sein kann:**



## Kieferorthopädie

Die Kosten einer kieferorthopädischen Behandlung für Kinder tragen die Kassen nur noch in schweren Fällen - und auch da manchmal nur zum Teil. Bei Erwachsenen gibt es gar nichts.

Wenn Sie wollen, dass Ihr Kind schöne und gesunde Zähne hat, oder wenn Sie als Erwachsener Ihre Zähne regulieren lassen wollen, kommen schnell Kosten in Höhe von 3.000 bis 5.000 € auf Sie zu.

Die **richtige** Zusatzversicherung trägt einen großen Teil der Kosten bei einer **medizinisch notwendigen** kieferorthopädischen Behandlung - auch bei Erwachsenen und auch dann, wenn die gesetzliche Krankenkasse nichts bezahlt.



**Die richtige Zahnzusatz-Versicherung bezahlt auch bei kieferorthopädischen Behandlungen.**

## Prophylaxe

Bei Kindern und Jugendlichen übernehmen die gesetzlichen Krankenkassen nahezu alle Kosten der Zahngesundheits-Vorsorge.

Bei Erwachsenen leider gar nichts. Dabei ist es erwiesen, dass eine regelmäßige professionelle Zahnreinigung wirksam vor Karies, Parodontitis und Mundgeruch schützt.

Immer mehr Erwachsene gönnen sich deshalb eine gründliche und schonende Zahnreinigung in der Praxis. Die **richtige** Zusatzversicherung trägt die Kosten dafür bis zu zwei Mal jährlich (in Ausnahmefällen sogar bis zu vier Mal pro Jahr.)

## Das müssen Sie beim Abschluss beachten:

Für einen Patienten ist es nahezu unmöglich, aus dem großen Angebot an Zusatzversicherungen die richtige auszuwählen. Dazu kommt, dass bei der falschen Entscheidung Probleme auftauchen können, die im Extremfall dazu führen, dass die Versicherung nichts oder nur wenig leistet.

**Lesen Sie deshalb bitte die folgenden Punkte aufmerksam durch!**

### Rechtzeitig abschließen!

Oft wird die Versicherung erst abgeschlossen, wenn schon feststeht, dass eine Behandlung durchgeführt werden muss, oder wenn schon Zähne fehlen.

In diesen Fällen bezahlt die Versicherung nicht, weil der sog. „Versicherungsfall“ schon vor Vertragsabschluss bestanden hat.

**Sie müssen Ihre Zusatzversicherung also schon abschließen, bevor irgendwelche zahnärztlichen Maßnahmen geplant oder durchgeführt werden müssen!**

Im Zweifelsfall muss der Zahnarzt bestätigen, dass er Ihnen erst **nach** Vertragsabschluss zur Behandlung geraten hat - was nur geht, wenn es auch so war!

### Keine falschen Angaben!

Wenn Sie bei Vertragsabschluss falsche Angaben zu Ihrem Zahnzustand machen, rächt sich dies spätestens dann, wenn die Versicherung zahlen soll.

Sie prüft dann, ob Ihre Angaben bei Vertragsabschluss wahrheitsgemäß waren und fragt in der Praxis nach.

Aus ethischen und rechtlichen Gründen muss der Zahnarzt eine ehrliche Antwort geben.

**Deshalb unser dringender Rat: Seien auch Sie ehrlich bei Ihren Angaben!**

### Falsche Versicherung

Manche Zusatzversicherungen leisten nur, wenn vorher die gesetzliche Krankenkasse etwas bezahlt hat.

**Keramik-Inlays, Implantate, Professionelle Zahnreinigung** und manche **kieferorthopädischen Behandlungen** sind keine Vertragsleistungen der gesetzlichen Krankenkassen und werden deshalb nicht bezuschusst. Die **falsche** Zusatzversicherung bezahlt deshalb auch nichts.

**Prüfen Sie also immer vorab, ob die Zusatzversicherung auch dann bezahlt, wenn die gesetzliche Krankenkasse nichts bezuschusst!**

### Geringe Erstattung

Manche Versicherungen erstatten nur einen geringen Teil der Rechnungssumme und der Patient bleibt immer noch auf hohen Kosten sitzen. Solche ungünstigen Tarife lohnen sich nicht.

**Wenn Sie schon eine Zusatzversicherung abschließen, achten Sie darauf, dass sie einen Großteil Ihrer Kosten erstattet!**

### Prophylaxe wird nicht bezahlt

Regelmäßige professionelle Zahnreinigungen sind der beste Schutz für Ihre Zähne und Ihr Zahnfleisch.

**Wählen Sie deshalb eine Zusatzversicherung, die Ihnen die Kosten (oder einen Teil davon) dafür erstattet!**

### Lange Wartezeiten

Viele Verträge sehen eine Staffelung der Leistungen vor: Das heißt, dass Sie im ersten Jahr z.B. nur 500 € erhalten, im zweiten 1.000 € und dann erst unbegrenzt.

Achten Sie bei der Auswahl Ihrer Zusatzversicherung darauf, dass diese möglichst kurze Wartezeiten und eine günstige (oder gar keine) Staffelung der Leistungen hat!

### Die Qual der Wahl

Sie wissen jetzt, dass es sich grundsätzlich lohnt, eine Zahnzusatz-Versicherung für sich und Ihre Familie abzuschließen.

Sie wissen aber auch, dass die Auswahl nicht einfach ist.

Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass wir Ihnen keine bestimmte Versicherung nennen oder empfehlen dürfen. Eine solche Werbung verbietet unser zahnärztliches Standesrecht.

Wir können Ihnen aber in der Praxis konkrete Tipps geben, wo und wie Sie die für Sie beste Zusatzversicherung finden.



Was tun bei Zahnschmerzen im Ausland?

# Wie Sie Zahnproblemen im Urlaub vorbeugen können

Damit Sie die schönste Zeit des Jahres unbeschwert genießen können

Fast jeder fürchtet sich davor: Im Urlaub plötzlich Zahnschmerzen zu bekommen und im Ausland zum Zahnarzt gehen zu müssen. Zuerst muss man einen finden. Dann gibt es möglicherweise Verständigungs-Probleme. Und wie ist es mit der Bezahlung? Dazu kommt, dass man sich nicht sicher sein kann, ob die hygienischen Bedingungen stimmen.

Wie können Sie solche Sorgen erst gar nicht entstehen lassen? Lesen Sie dazu unsere Tipps für einen unbeschwertem Urlaub:



© dmbaker - Depositphotos.com

Rechtzeitig vor dem Urlaub die Zähne kontrollieren lassen und dann unbeschwert die Ferienzeit genießen

## Vor dem Urlaub zum Zahnarzt

Eigentlich ist es ganz einfach: Kommen Sie vor Ihrem Urlaub zur Kontroll-Untersuchung in die Praxis. Aber bitte nicht einen Tag, bevor Sie abfliegen, sondern **mindestens vier Wochen vorher**. Warum?

Es kann sein, dass wir noch etwas an Ihren Zähnen machen müssen, damit Sie keine Probleme im Urlaub bekommen. Und das geht möglicherweise nicht an einem Tag. Rufen Sie also rechtzeitig vor Ihrer Abreise bei uns an und vereinbaren Sie Ihren Kontrolltermin. Wir überprüfen, ob alles in Ordnung ist. Und Sie können danach unbeschwert Ihren Urlaub genießen.

## Mundpflegemittel einpacken

Natürlich nehmen Sie Ihre Zahnbürste und Zahnpasta mit. Aber haben Sie auch daran gedacht, dass sich Ihr Zahnfleisch entzünden könnte oder dass Sie plötzlich Zahnschmerzen bekommen könnten? Damit Sie für Notfälle vorbereitet sind, haben wir zwei Checklisten zusammengestellt: Eine für Sie und eine für Ihre Kinder.

## Checkliste für Erwachsene

- ✓ Zahnbürste
- ✓ Zahnpasta
- ✓ Zahnseide
- ✓ Zwischenraum-Zahnbürste
- ✓ Mundspülung gegen Zahnfleisch-Entzündungen
- ✓ Falls Sie empfindliche Zähne haben: Sensitiv-Zahnpasta und -Mundspülung
- ✓ Leichtes Schmerzmittel

## Checkliste für Kinder

- ✓ Kinder-Zahnbürste, Kinder-Zahnpasta
- ✓ Gel gegen Zahnfleisch-Entzündungen
- ✓ Ggf. Zahnspange und Zahnspangen-Box
- ✓ Zahnrettungs-Box (s.u.)

## Zahnunfälle

Wenn Sie mit Kindern unterwegs sind, sollten Sie sich eine **Zahnrettungs-Box** in der Apotheke kaufen. Darin kann ein ausgeschlagener Zahn einige Stunden lang aufbewahrt werden. Notfalls können Sie ihn auch in frischer, kalter und pasteurisierter Milch aufbewahren.

Fassen Sie einen ausgeschlagenen Zahn nicht an der Wurzel an. Das könnte die Wurzelhaut schädigen. Gehen Sie mit Ihrem Kind und dem aufbewahrten Zahn so schnell wie möglich zu einem Zahnarzt.

## Zahnschmerzen

Nehmen Sie leichte Schmerzmittel. Verzicht auf Kaffee, Zigaretten, Alkohol und zu viel Wärme (Sonne!) Das kann die Beschwerden verstärken. Bei Schwellungen helfen kühlende Umschläge.

Wenn die Schmerzen trotz dieser Maßnahmen anhalten oder stärker werden, müssen Sie zum Zahnarzt gehen.

Bei Zahnfleisch-Entzündungen und Blutungen müssen Sie Ihre Zähne besonders intensiv putzen - auch wenn es etwas unangenehm ist und blutet. Benutzen Sie zusätzlich eine desinfizierende Mundspülung.

## Wenn eine Füllung ausbricht

Meistens ist das nicht so schlimm. Wenn nur ein kleines Stück fehlt und der Zahn keine Probleme macht, können Sie mit der Behandlung bis zu Ihrer Rückkehr warten.

Wenn ein großes Stück ausgebrochen ist und der Zahn schmerzt, müssen Sie gleich zum Zahnarzt. Das gilt auch, falls eine Zahnkrone sich löst. Sie muss sofort wiederbefestigt werden.

## Sport-Mundschutz

Wenn Sie einen Aktiv-Urlaub mit sportlicher Betätigung planen, sollten Sie sich vorher einen **individuellen** Sport-Mundschutz anfertigen lassen. Dieser schützt besser als ein gekaufter Fertig-Mundschutz.

Fragen Sie uns nach einem individuell für Sie hergestellten Mundschutz. Wir beraten Sie gerne!

## Extra-Tipps

Nehmen Sie diese Liste mit in den Urlaub, damit Sie bei Problemen nachlesen können. Bei Reisen ins außereuropäische Ausland benötigen Sie für Ihre elektrische Zahnbürste einen **Steckdosen-Adapter**.



# Zahnmedizinische/r Fachangestellte/r (ZFA)



## Sieben Fragen an Sie:

- Möchten Sie in Ihrem Beruf viel mit Menschen zu tun haben?
- Soll Ihre Arbeit sinnvoll sein, weil Sie anderen Menschen helfen?
- Soll das, was Sie tun, nicht langweilig, sondern abwechslungsreich sein?
- Arbeiten Sie gerne in einem gut gelaunten und eingespielten Team?
- Macht Ihnen Planen und Organisieren Spaß?
- Interessieren Sie sich für medizinische Themen?
- Möchten Sie beruflich weiterkommen können?

**Dann haben Sie jetzt vielleicht „Ihren“ Beruf gefunden!  
Lesen Sie auf der nächsten Seite weiter:**



Arbeit, die Spaß macht

## Sicherer Beruf mit Zukunft

Wer gern mit Menschen arbeitet, ist hier richtig. Während der Ausbildung assistieren Sie bei der zahnärztlichen Behandlung und organisieren Termine und Abläufe in der Praxis. Sie führen Hygienemaßnahmen und vorbereitende Laborarbeiten durch.

Sie haben täglich mit Menschen zu tun. Sie betreuen Kinder, Jugendliche und Erwachsene in der Zahnarztpraxis. Wir bilden Sie zum **Partner des Zahnarztes** aus. Im Team und in angenehmer Arbeitsatmosphäre!

Die Ausbildung dauert **3 Jahre**. Bei sehr guten Leistungen kann sie sogar verkürzt werden. Sie werden zum Teil in der Zahnarztpraxis und zum Teil in der Berufsschule ausgebildet.

### Praktische Ausbildung

Sie hat drei Schwerpunkte: Einer ist die Arbeit im Team und der Umgang mit den Patienten. Der zweite ist der medizinische Teil - von der Prophylaxe über das Röntgen bis zur Assistenz bei der Behandlung.

Und der dritte Schwerpunkt ist die Organisation und Verwaltung der Praxis - heutzutage natürlich vor allem mit Hilfe der EDV.

### Berufsschule

Sie gehen ein bis zwei Tage pro Woche zur Berufsschule. Dort lernen Sie die medizini-

schen Grundlagen: Anatomie, Physiologie, Hygiene, Diagnostik und Therapie.

Sie erfahren mehr über Arzneimittel, Geräte, Instrumente und Materialien, die Sie in der Praxis benutzt. Und Sie bekommen theoretische Grundlagen zur Praxis-Organisation, zum Abrechnungswesen usw.

### Ihre Aufstiegschancen

Nach der Ausbildung haben Sie auf allen Gebieten viele Möglichkeiten der Fort- und Weiterbildung. Das bringt Sie nicht nur beruflich nach vorne: Je besser Sie ausgebildet sind, desto mehr verdienen Sie natürlich.

### Zahnmedizinischer Prophylaxe-Assistent/in (ZMP)

Damit spezialisieren Sie sich auf dem Gebiet der Prophylaxe. Sie beraten Patienten bei ihrer Mundhygiene und Ernährung. Und Sie erhalten mehr Verantwortung bei der Ausbildung jüngerer Praxismitarbeiter/innen.

### Zahnmedizinischer Verwaltungs-Assistent/in (ZMV)

Dabei sind Sie die rechte Hand des Zahnarztes und haben eine Schlüsselfunktion in der Praxis. Als ZMV sind Sie spezialisiert auf die Verwaltung und Organisation.

### Dentalhygieniker/in (DH)

Diese Zusatzausbildung dauert zwar sehr lange, aber es lohnt sich. Die DH ist die Spitze der Fortbildungsmöglichkeiten.

Dementsprechend gut ist auch die Bezahlung! Als DH sind Sie in der Praxis für die Betreuung von Patienten mit Parodontitis zuständig und behandeln sie auch eigenständig.

### Ihre Voraussetzungen

Zahnmedizinische/r Fachangestellte/r ist ein **besonderer Beruf!** Wer in einer Zahnarztpraxis arbeitet, muss bestimmte Eigenschaften mitbringen:

- ✓ Sie sollten leicht mit Menschen in Kontakt kommen und einfühlsam sein - z.B. im Umgang mit Kindern und wenn Patienten Angst haben.
- ✓ Sie sollten freundlich und höflich sein und über gute Umgangsformen verfügen.
- ✓ Sie müssen auf Ihr Äußeres achten und gepflegt sein.
- ✓ Sie müssen zuverlässig und verantwortungsvoll sein - z.B. im Umgang mit Patienten-Daten.
- ✓ Sie brauchen eine sehr gute Auffassungsgabe, weil der Beruf sehr anspruchsvoll ist und Sie viel lernen müssen.
- ✓ Sie müssen auch Geschicklichkeit mitbringen, weil Sie in diesem Beruf viel mit Instrumenten, Geräten und Materialien zu tun haben.
- ✓ Und es sollte Ihnen Spaß machen, kollegial in einem gut eingespielten Team mitzuarbeiten.

### Machen Sie jetzt den ersten Schritt!

Wenn Sie sicher sind, dass Sie die Voraussetzungen für diesen Beruf erfüllen, und wenn Sie Zahnmedizinische/r Fachangestellte/r werden möchten, dann schicken Sie uns jetzt Ihre Bewerbungs-Unterlagen - per E-Mail oder per Post.

Wir laden Sie gerne zu einem persönlichen Gespräch in unsere Praxis ein und freuen uns darauf, Sie kennenzulernen.

### Besuchen Sie unsere Website!

Hier erfahren Sie mehr über unser Team, die Praxis und Ihren zukünftigen Beruf. Und Sie finden unsere E-Mail- und Postadresse, an die Sie Ihre Bewerbungsunterlagen schicken können:

[www.zahnarzt-augsburg.de](http://www.zahnarzt-augsburg.de)

Oder rufen Sie uns an:

**Tel. 0821 722028**

Wir freuen uns auf Sie!



© racorn - Depositphotos.com

**B M G**  
Beata Magdalena Gregorek  
Zahnärztin in Augsburg

[www.gregorek.de](http://www.gregorek.de) und [www.zahnarzt-augsburg.de](http://www.zahnarzt-augsburg.de)

Brentanostr. 26  
86167 Augsburg  
Tel. 0821 722028

