

DIE PROFIS GEHEN SCHONEND & PRÄZISE VOR

Schöne Zähne dank High-Tech

EXPERTEN
BEANTWORTEN
DIE WICHTIGSTEN
FRAGEN

Auch unsere Zähne altern. Im Laufe des Lebens nutzt sich die äußere Schicht der Hartschicht der Zahnschmelz, der Schmelz, mehr und mehr ab, sodass das innere, dunklere Dentin sichtbar wird. Die Zähne sind dann anfälliger für Karies. Ab dem 50. Lebensjahr steigt auch die Gefahr von Entzündungen des Zahnfleisches. Schuld sind Bakterien, die mit Nahrungs-Resten einen gefährlichen Bio-Film (Plaque) bilden. Wird dieser nicht durch regelmäßige Zahnpflege entfernt, kann eine Parodontitis entstehen, die zum Abbau des Zahnknochens führt. Neben gründlichem Putzen erhalten auch neueste Methoden der Zahnmedizin das Gebiss bis ins hohe Alter. Regelmäßige Zahnarztkontrollen, moderne Implantate und Füllungen machen die „Dritten“ überflüssig.



► **MAKELLOS**
Ein perfektes Lächeln ist ein Zeichen für Gesundheit

UNSICHTBARE KORREKTUR



Dr. Lutz Spanka
● M.Sc. für Dentalchirurgie und Kieferorthopädie im ZahnZentrum Nordwest in Hude



werden (Lingualzahnspange). Kosten: 2000 bis 10000 € (Kasse zahlt nicht). Dezent sind auch sogenannte Alligier-Schienen aus Kunststoff (Foto oben). Dank ihrer Transparenz sind sie kaum erkennbar und lassen sich zum Putzen herausnehmen. Sie werden anhand von 3-D-Computermodellen individuell angefertigt. Allerdings eignen sie sich nicht für starke Fehlstellungen (ab 3000 €, Kasse zahlt nicht).

► Fehlstellungen der Zähne können die Kau-Funktion, die Möglichkeit der gründlichen Reinigung sowie die Aussprache negativ beeinflussen. Aus diesen Gründen ist eine Zahnspange auch im Erwachsenenalter noch sinnvoll. Die sogenannten Brackets können auf die innere Seite der Zähne geklebt

MODERNE 3-D-DIAGNOSTIK



Dr. Christoph Sliwowski
● Der Zahnarzt ist Leiter der Zahnimplantat-Klinik Düsseldorf im St. Vinzenz-Krankenhaus

auch bei der Planung von Implantaten, denn sie ermöglicht exakte 3-D-Aufnahmen von Kiefer und Zähnen. Dadurch lässt sich eine Schablone anfertigen, wodurch Implantate ohne Schnitte ins Zahnfleisch eingesetzt werden können. So entstehen weniger Schwellungen und Schmerzen. Die Geräte arbeiten mit einer minimalen Strahlendosis und schonen damit das Gewebe. Kosten für eine Aufnahme: ca. 240 bis 350 € (Kassen zahlen nur in Ausnahmefällen).

► Schon minimale Entzündungsherde können auf eine drohende Parodontitis hindeuten – eine Entzündung des Zahnfleisches, die zum Abbau von Kieferknochen und Zahnverlust führen kann. Daher ist Früherkennung wichtig. Bewährt hat sich dafür die digitale Volumentomografie (DVT). Die Technik hilft



HELLE FÜLLMATERIALIEN



Dr. Jana Michel
● Zahnärztin mit eigener Praxis in München, spezialisiert auf moderne Verfahren zur Zahnerhaltung



etwa sogenannte Nanokomposite aus Siliziumdioxid- und Keramikpartikeln, die zahnfarben und sehr stabil sind. In weichem Zustand werden sie in den Zahn gebracht, im Mund gehärtet und im Anschluss ausgearbeitet sowie poliert. Sie halten etwa fünf bis zehn Jahre (Kasse zahlt nur für Frontzähne). Optimal verträglich sind Inlays aus Keramik (400 bis 800 €, Kasse zahlt einen Zuschuss). Sie werden im Labor hergestellt und fest auf die betroffene Stelle im Zahn geklebt. Sie halten 15 Jahre.

► Dunkle Amalgam-Füllungen sind im Gebiss sichtbar und stehen wegen ihres Quecksilbergehaltes in der Kritik. Alte Füllungen entfernen ist jedoch nicht immer die beste Lösung, denn gerade dabei erhöht sich das Risiko, dass giftige Stoffe freigesetzt werden. Für neue Füllungen gibt es aber gute Alternativen,

STABILE IMPLANTATE



Dr. Stefan Helka
● Facharzt für Oralchirurgie und Leiter des Implantatzentrums in Herne

Moderne Implantate aus medizinischem Titan sind mit einer künstlichen Zahnwurzel fest im Kiefer verankert, sehen natürlich aus und können bei guter Hygiene ein Leben lang halten (ab 2500 € pro Implantat, Kasse zahlt einen Zuschuss). Voraussetzung für den Eingriff ist ein starker Kieferknochen.



► Muss ein Zahn gezogen werden oder fällt er aus, sollte man ihn ersetzen. Denn: Zähne stützen sich gegenseitig, bei einer Lücke kann sich das ganze Gebiss verschieben. Außerdem fehlt beim Kauen der Gegendruck des früheren Zahns – der Kieferknochen beginnt schon nach Monaten zu schrumpfen.

SANFTE LASERBEHANDLUNG



Dr. Mirela-Oana Nilius
● Spezialistin für Zahnästhetik, Kinderzahnheilkunde u. Kieferorthopädie in der Praxisklinik Nilius in Dortmund

tienten während des Eingriffs nur ein leichtes Kribbeln, Betäubung ist oft nicht nötig (ca. 25 € pro Zahn, Kasse zahlt nicht). Bewährt hat sich der Laser bei der Beseitigung von Bakterien, die Parodontitis verursachen (150 € pro Sitzung, Kasse zahlt nicht). Dies sollte ein erfahrener Arzt machen, Patienten müssen eine Schutzbrille tragen.

► Schmerzlos Karies entfernen – dank moderner Dental-Laser ist das möglich. Bei der Behandlung treffen zahlreiche kurze Lichtimpulse schnell hintereinander auf den betroffenen Zahn und tragen die kranke Substanz schonend ab. Da der Zahnnerv die Lichtimpulse so schnell nicht verarbeitet, verspüren Pa-



ANZEIGE



Gerade mit zunehmendem Alter kommt es nach dem Abendessen häufig zu quälendem Aufstoßen

Millionen Menschen falsch behandelt

Fehldiagnose Sodbrennen

Um kein „Sodbrennen“ zu haben, greift rund die Hälfte der Betroffenen zum Magensäure-Blocker. Nicht wissend, dass sich hinter den befürchteten Beschwerden auch ein Magensäure-Mangel verbergen kann

Durch den Mangel an Magensäure bleibt der unverdaute Speisebrei zu lange im Magen liegen. Er fängt an zu gären und bildet Gase, die nach oben steigen. Das löst das quälende Aufstoßen aus, das man als Sodbrennen fehldeutet. Fatal: Der Säureblocker hemmt noch mehr Magensäure, was die Beschwerden verschlimmert.

lässt. Kaum im Mund, regt ein Körperreflex gezielt die Produktion von Magensäure an. Die Magen-Muskulatur wird gestärkt, die Fettverdauung kommt in Schwung und die Magenentleerung wird beschleunigt. „Bei quälendem Aufstoßen nach dem Abendessen schwörich auf Gasteo. Das hat mir so schon manche Nacht gerettet“, schreibt eine Verwenderin.

Förderung der Magensäure
Heilpflanzen-Experten raten zum Einsatz pflanzlicher Bitterstoffe, wie sie hochkonzentriert im Magen-Medikament Gasteo (Apotheke, rezeptfrei) vorkommen. Das ist der natürliche Ansatz zur Förderung der Magensäure, wenn ihre körpereigene Produktion altersbedingt nach-



DAS WIRKT, DAS HILFT, DAS SPÜRT MAN

Gasteo hilft bei Magen-Beschwerden, quälendem Aufstoßen, Übelkeit, Völlegefühl und einem Blähbauch

*medpec.de. Traditionelles pflanzliches Arzneimittel, zur Linderung von leichten Verdauungsbeschwerden (z.B. Völlegefühl, Blähungen), sowie leichten krampfartigen Beschwerden im Magen-Darm-Trakt. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Niehuus Pharma GmbH & Co. KG, 555218 Ingelheim

Fotos: Dentsply Sirona, Fotolia, Implantatzentrum Herne Dr. Stefan Helka, iStock (2), Michael Stephan ZahnZentrum NordWest, Praxisklinik Nilius, pro Dente e. V., Shutterstock, Zahnimplantat-Klinik Düsseldorf, privat