



## DENTALPHOBIE

Was gegen Angst vor dem Zahnarzt hilft und was wir tun, damit Sie frei von Angst zu uns kommen können.

## IMPLANTOLOGIE

Können Zahnimplantate wirklich bereits nach einem Tag so fest sitzen, um wieder normal zu essen?

## PROPHYLAXE

Erfahren Sie, mit welcher Prophylaxe Sie häufige und teure Zahnarztbesuche vermeiden.

ZAHNARZT DR. ROLF PETERS | IN HANNOVER

01

VERLASSEN  
SIE UNSERE  
PRAXIS  
MIT EINEM  
LÄCHELN

Liebe Patientin,  
lieber Patient,



Sie halten unsere neue Ausgabe des Praxismagazins Ihrer Zahnarztpraxis Dr. Peters in den Händen. Ich hoffe sehr, dass Ihnen die Aufmachung und die Themenauswahl gefallen. Sehr gerne dürfen Sie dieses Magazin im Anschluss an Ihren Besuch in unserer Praxis mitnehmen. Es ist für Sie gratis.

In diesem Magazin schreiben wir Fachartikel über verschiedene Themen aus der Zahnmedizin, darunter selbstverständlich aus unseren Kompetenzbereichen wie der Implantologie oder Prophylaxe. Wir möchten Sie informieren, Ihnen Tipps zur Gesunderhaltung Ihrer Zähne geben, aber auch unterhalten.

Mitunter berichten wir auch über innovative oder interessante Produkte aus der Welt der Zahnmedizin. Ich versichere Ihnen, dass wir aus der Berichterstattung keinerlei finanzielle Vorteile erzielen.

Ein besonderes Anliegen besteht darin, Ihnen aufzuzeigen, was aus unserer Sicht zu einer modernen Zahnmedizin gehört, was Sie von Ihrem Zahnarzt an Leistungen erwarten dürfen, und welche Ansätze heute und in Zukunft für Sie zur Verfügung stehen.

Gerne nehmen wir Ihr Feedback entgegen, um Ihnen in Zukunft genau die Themen anbieten zu dürfen, die Sie interessieren. Ich bedanke mich für Ihr Vertrauen als Patient der Zahnarztpraxis Dr. Peters.

Ihr Zahnarzt Dr. med. dent. Peters

## Prophylaxe und Vorsorge

Damit Sie sich bei uns wohlfühlen und Ihr Zahnarztbesuch möglichst stressfrei ist, wird schon im Terminmanagement dafür gesorgt, dass Sie keine langen Wartezeiten auf sich nehmen müssen. Die kurze Zeit bis zur Behandlung können Sie in unserer Wartelounge bei aktueller Zeitungslektüre oder laufendem TV-Programm überbrücken.

Unsere Öffnungszeiten:

Mo	08.00 – 12.00	15.00 – 18.00
Di	08.00 – 13.00	
Mi	08.00 – 12.00	15.00 – 18.00
Do	08.00 – 12.00	15.30 – 18.30
Fr	08.00 – 13.00	

Unser Praxislabor ermöglicht es uns, kleinere Arbeiten und Reparaturen am gleichen Tag durchzuführen. Währenddessen können Sie bei Wasser oder Espresso & Co. im Wartebereich entspannen.

# PRAXISMAGAZIN

## INHALT

Mit unserem Infomagazin möchten wir Sie über Zahngesundheit, Behandlungsmethoden, Produkte und natürlich auch ein wenig über uns informieren.

- 04** Gut lachen: Verlassen Sie unsere Praxis mit einem Lächeln
- 06** Zahnimplantate: Vorsorge, Implantation, Nachsorge und Zukunftsvision
- 11** Kinderecke: Mehr Spaß beim Zähneputzen
- 12** Die richtige Prophylaxe-Behandlung: Was sollte Ihr Zahnarzt bei jedem Kontrollbesuch machen – und was gelegentlich?
- 14** Bleaching. Veneers. Implantate.
- 16** Nützliche Helfer für gesündere Zähne
- 18** Aus Ihrer Zahnarztpraxis (Aktuelles)

---

Nehmen Sie diese Broschüre gerne mit! Wir haben sie extra für Sie erstellt, gedruckt und freuen uns auf jedes Exemplar, das unsere Praxis verlässt.

Sollte Ihnen etwas nicht so gut gefallen, freuen wir uns über ihre Meinung. Oder wünschen Sie sich mehr Information zu einem bestimmten Thema? Sprechen Sie uns gerne an!

---

# GUT LACHEN

Verlassen Sie unsere Praxis mit einem Lächeln



In unserer Praxis tun wir alles dafür, dass Sie wieder mit einem Lächeln nach Hause gehen. Sprechen Sie uns gerne an!

Angst vor dem Zahnarzt hat in aller Regel zwei Ursachen: Entweder hat der Patient bereits schlechte Erfahrungen gemacht, indem er während einer Zahnbehandlung große Schmerzen verspürt hat. Oder aber er hat Angst davor, beim nächsten Zahnarztbesuch eine

schmerzhaftes Behandlungserlebnis zu müssen.

FÜR ENTSPANNUNG WÄHREND DER BEHANDLUNG SORGEN

In beiden Fällen kann Ihr Zahnarzt eine Menge tun, um Ihnen diese Angst

**FÜR ANGSTPATIENTEN  
ENTSPANNEN MIT  
LACHGAS !!**

zu nehmen: Die eine Möglichkeit besteht darin, nicht berechnete Ängste abzubauen. Behandlungen z.B., die aller Erfahrung nach nicht mit Schmerzen verbunden sind, sollten dem Patienten auch keine Angst bereiten. Ein wichtiger Ansatz besteht in der Aufklärung: Wenn ein Patient genau weiß, was ihn erwartet, kann er die Behandlung besser einschätzen und erkennt, dass seine Angst oft unbegründet ist.

Speziell Angstpatienten neigen dazu, zu verkrampfen, was die Behandlung mitunter deutlich erschweren kann. Hier besteht dann die Möglichkeit, Lachgas einzusetzen, welches zwar nicht direkt die Schmerzen nimmt, jedoch deutlich entspannend wirkt: Dies beugt u.a. unangenehmen Würgereizen vor und sorgt oft dafür, dass die Behandlung als deutlich angenehmer und wesentlich kürzer empfunden wird. Anders als bei einer Narkose wird die Fahrtüchtigkeit in aller Regel nicht eingeschränkt. Die Anwendung von Lachgas ist vollkommen frei von Risiken und Nebenwirkungen.

Viele Menschen haben „Angst vorm Zahnarzt“, sie sind Angstpatienten. Das bedeutet nicht automatisch, dass Sie an einer Angststörung (der sog. Dentalphobie) leiden, die meisten tun es nicht! Bei Angstpatienten können wir mit einfachen Mitteln (Lachgas, guter Aufklärung) viel bewirken, um für eine angstfreie und entspannte Behandlung zu sorgen. Sprechen zu uns gerne an!

#### OHNE SCHMERZEN: GEHT DAS?

Was sich früher leider nicht immer vermeiden ließ, gehört mittlerweile der Vergangenheit an: Schmerzen beim Zahnarzt! Heute stehen uns weitreichende Möglichkeiten zur Verfügung, die dem Patienten die Schmerzen während der Behandlung nehmen. Entscheidend ist, dass Arzt und Patient ein Vertrauensverhältnis haben, in dem Ängste und Möglichkeiten während der Behandlung gegenübergestellt

werden. Nur so passen die Erwartungen zu den Maßnahmen, die der Zahnarzt ergreift.

Ihr Zahnarzt geht in aller Regel nach dem Prinzip vor: So viel Betäubung wie nötig, aber nicht mehr. Die Möglichkeit, Schmerzen während der Behandlung zu nehmen, sind heute vielfältig: Sie reichen von der Betäubung der Schleimhäute, die noch ohne Spritze durchgeführt wird, über die anschließende Spritze, bis hin zur Vollnarkose. Es ist wichtig, dass der Zahnarzt nicht nur nach Sachlage

entscheidet, sondern sich individuell auf den Patienten einstellt. Die Vollnarkose sollte selbstverständlich nur bei Operationen eingesetzt werden, oder – wenn es sich überhaupt nicht vermeiden lässt – bei ausgeprägter Dentalphobie.

Stimmt das Vertrauensverhältnis zwischen Zahnarzt und Patient, können Schmerzen, und auch Ängste, in den allermeisten Fällen vermieden werden. Der alte Spruch „Indianerherz kennt keinen Schmerz“ sollte beim Besuch des Zahnarztes jedenfalls nicht gelten.

Auch wenn Milchzähne schon mal verloren gehen, sollten Sie bis zum bleibenden Gebiss dennoch gut gepflegt werden.







Wir arbeiten mit mehreren Implantatsystemen – sowohl Titan- als auch weißen Zirkonimplantaten – und können somit auf Ihre spezielle Behandlungssituation eingehen. Bei der Befundung und Planung nehmen wir digitale Röntgenbilder, 3-D-Software und Computertomogramme zu Hilfe.

Unsere Implantation ist auf die Vermeidung von unnötigen Wegen zu weiteren Behandlungen ausgelegt. Alle begleitenden Operationsmethoden wie Knochentransplantationen, synthetischer Knochenersatz oder Sinuslift-Operationen werden angeboten. Nach einem zuvor erfolgten Beratungsgespräch werden Ihre Implantate eingesetzt. Bereits am nächsten Tag können Sie wieder vorsichtig mit dem normalen Essen beginnen.

Prinzipiell können Zahnimplantate bei jedem Menschen eingesetzt werden. Bei Implantaten mit Sofortbelastung sollten bestimmte Voraussetzungen erfüllt sein. Dazu zählt eine ausreichende Knochenqualität. Diese und weitere Kriterien sind Teil der Anamnese in unserer Praxis. Gerne können Sie sich den Anamnesebogen bereits vorher herunterladen und zu Ihrem Erstgespräch mitbringen.

Die Bilder in diesem Artikel zeigen ein Implantat-System (CAMLOG), welches wir in unserer Praxis verwenden.

# IMPLANTATE

## Vorsorge, Implantation, Nachsorge und Zukunftsvision



### Fakten und Vorteile von Zahnimplantaten

Zahnimplantate ersetzen die Zahnwurzel und bilden so die Grundlage für Zahnersatz. Zwar sind die anfallenden Kosten etwas höher, aber einmalig. Denn Implantate halten bei richtiger Pflege ein Leben lang. Ein weiterer Vorteil ist, dass Implantate bei Erwachsenen in jedem Alter eingesetzt werden können. Auch das verwendete Material kann den Behandlungserfolg positiv beeinflussen: Das am häufigsten verwendete reine Titan kann eine molekulare Verbindung mit dem Knochen eingehen, was eine hohe Stabilität bedingt. Bei ebenfalls hochwertigen weißen Zirkon-Implantaten hingegen spielen ästhetische Gesichtspunkte eine wesentliche Rolle oder vorhandene Unverträglichkeiten auf Titanpartikel (hierzu gibt es einen speziellen mikrobiologischen Test).



### Voraussetzungen für den Einsatz von Implantaten

- Der Kiefer des Patienten muss ausgewachsen und eventuelle Karies oder Parodontitis behandelt worden sein.
- Eine gute Mundhygiene ist nicht nur wichtig, um optimale Voraussetzungen für den Eingriff zu schaffen, sondern auch, weil Implantate täglich gründlich gepflegt werden müssen.
- Besonders wichtig ist der vorhandene Kieferknochen: Er muss fest sein. Unter Umständen sind Kochenaufbaumaßnahmen notwendig.

Was sich außerdem an den folgenden Schritten verändert, lesen Sie in meinem Artikel: "Überblick Knochenaufbau: Vorbereitung für den festen Sitz der Zahnimplantate".



Das Titanimplantat heilt bei geschlossener Schleimhautdecke sechs bis acht Wochen in den Knochen ein.

## Schritte bis zum Setzen des Implantats

### 1. ANAMNESE

Der Arzt klärt Ihren gesundheitlichen Zustand ab. Unter anderem geht es dabei darum, welche Medikamente Sie nehmen und ob Sie Allergien haben. Des Weiteren wird besprochen, welchen Anforderungen der angestrebte Zahnersatz gerecht werden muss.

### 2. UNTERSUCHUNG & VISUALISIERUNGEN

Um festzustellen, wie Ihr Zahn- und Kieferknochenzustand ist, können unterschiedliche Techniken zum Einsatz kommen (z.B. Röntgen, 3D-Aufnahmen, Computertomographie)

### 3. PLANUNG DER IMPLANTATE

In diesem Schritt werden Abdrücke genommen. So können unter anderem Länge und Durchmesser der Zahnimplantate geplant werden. Aber auch, ob Zahnfleischkorrekturen nötig sind, damit das Implantat fester sitzt und ästhetische Ansprüche erfüllt werden können.

### 4. AUFKLÄRUNG

Ihr Zahnarzt klärt sie über Kosten und den Eingriff selbst auf und gibt eine Prognose des Erfolgs. Außerdem erfahren Sie, wie Sie sich auf den Eingriff vorbereiten. Dazu kann bei Risikopatienten die Einnahme eines Antibiotikums oder das Reduzieren blutverdünnender Mittel gehören.

### 5. Ziehen des Zahns

Ist an der betreffenden Stelle der Zahn noch vorhanden, muss er entfernt werden. In manchen Fällen wird dies mit dem Setzen des Implantats kombiniert, was den Stress für den Patienten reduzieren soll. Wartet man nach dem Ziehen die Ausheilung der Wunde ab, ist das Setzen planbarer.



Das Interface, die Verbindung zur Krone





Das Implantat und die darauf befestigte Krone gleichen der Anatomie eines natürlichen Zahnes

## Ablauf am Tag der Implantation, Nachsorge, Heilungsprozess und Sofortbelastung

Am Tag der Implantation sollten Sie eine/n Fahrer/ in zum Eingriff mitbringen bzw. den Heimweg anderweitig organisieren. Ggf. hilft Ihnen die behandelnde Praxis bei der Organisation. Denn natürlich wird der Eingriff unter örtlicher Betäubung oder unter Narkose durchgeführt - in Abhängigkeit zum Umfang des Eingriffs. Häufig bekommen Patienten noch ein desinfizierendes Mittel zum Spülen, bevor die eigentliche Implantation beginnt. Der Zahnarzt setzt einen Schnitt, bohrt ein kleines Loch für jedes Implantat und setzt diese ein (meistens werden sie eingedreht). Eventuelle Zahnfleischkorrekturen werden zur Stabilisierung vorgenommen, dann wird auch schon vernäht. Für den Patienten ist dieser Eingriff vollkommen schmerzlos.

Was manchmal als unangenehm empfunden werden kann, sind die Geräusche der Instrumente. Direkt im Anschluss können Provisorien gesetzt werden, oder es wird direkt das vollständige

Zahnimplantat mit Krone eingesetzt.

### EINTEILIGE UND ZWEITEILIGE IMPLANTATE

Sowohl bei ein-, als auch bei zweiteiligen Implantaten ist die Behandlung mit dem Setzen des Implantats nicht abgeschlossen. Natürlich wird im Zeitraum nach der OP der Zahnersatz auf dem Implantat verankert, sodass das Implantat nicht mehr zu sehen ist.



Eine sorgfältige Implantologie-Beratung ist unabdingbar für eine erfolgreiche Implantation.

## Maximal 24 Stunden leichter Wundschmerz

Ist das Implantat nach dem Eingriff zu sehen, handelt es sich um ein einteiliges Implantat. Der Teil, der zu sehen ist, ist die Verbindungsstelle für den Zahnersatz, der dort später verankert wird. Diese Verbindungsstelle wird bei zweiteiligen Implantaten erst aufgeschraubt. Nach der Implantation sieht man in diesem Fall nichts vom Implantat. Das bedeutet, dass diese unter örtlicher Betäubung freigelegt werden müssen. Da erst dann die Verbindungsstelle für den Zahnersatz aufgedreht wird, sind zweiteilige Implantate flexibler.

### NACHSORGE

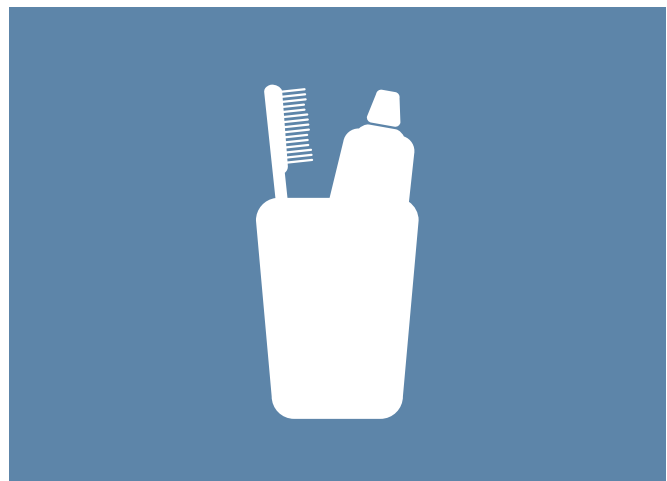
In etwa 24 Stunden sollte der Wundschmerz nach der Implantation verschwunden sein. Jeder Patient bekommt ein Schmerzmittel, das bei Bedarf einzunehmen ist. In Einzelfällen kann auch ein Antibiotikum verschrieben werden. Um Schwellungen und einem Bluterguss entgegen zu wirken, sollten Sie kühlen. Es ist außerdem wichtig, die Mundhygiene wie gewöhnlich durchzuführen, da sich die Umgebung des Implantats sonst entzünden kann. Aber die Wunde darf nicht mit einer harten Zahnbürste geschrubbt werden. In den ersten zwei Tagen nach der Implantation kann es zu leichtem Fieber als normale Reaktion auf den Eingriff kommen, was aber unbedenklich ist.

### ZUKUNFTSVISION

Schnelle Einheilphasen, sofortige Belastung - an diesen Patientenwünschen arbeitet die Forschung intensiv. Beispielsweise wird dafür versucht, die Implantatoberflächen zu optimieren. Aber auch

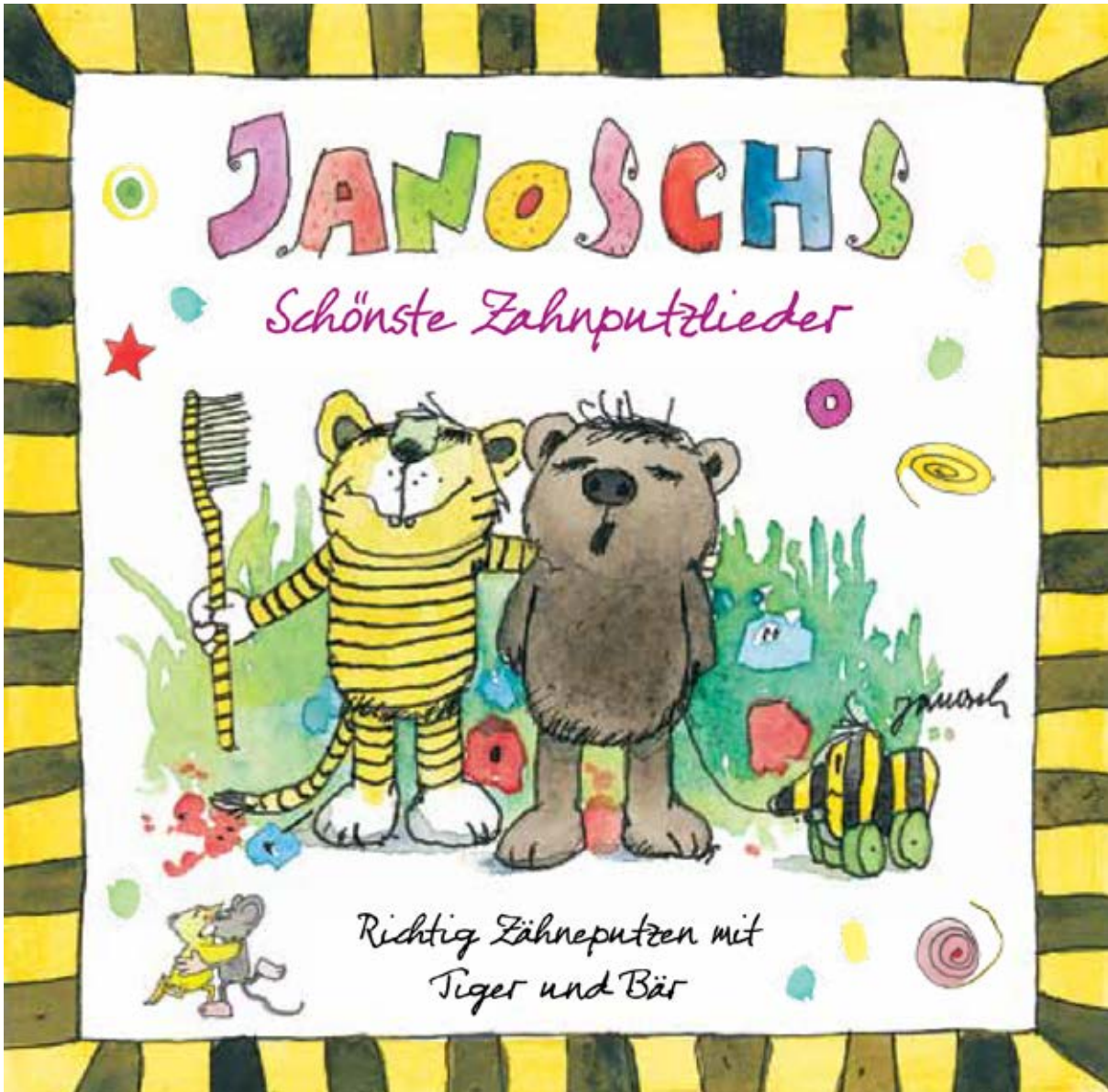
das Problem mangelnder Knochenstabilität wird angegangen.

Im Artikel "Überblick Knochenaufbau: Vorbereitung für den festen Sitz der Zahnimplantate" beschreibe ich die Schritte, die in einem solchen Fall nötig sind, um den Patienten auf die Implantate vorzubereiten. Eine neue Methode verspricht hier Abhilfe: Mithilfe von Stammzellen kann der Knochen wieder aufgebaut werden – ohne aufwendige Transplantation. Patienten müssen auf dieses Verfahren allerdings noch einige Zeit warten.



Verzichten Sie in den ersten Tagen auf den Einsatz einer harten Zahnbürste.

# Mehr Spaß beim Zähneputzen



Zahnputzlieder erleichtern das Zähneputzen und lenken weniger ab als z.B. Bücher oder Fernsehsendungen.

Viele Eltern können ein Lied davon singen, dass das Zähneputzen bei Kleinkindern nur selten einfach oder problemlos vonstatten geht. Manche Kinder weinen oder schreien, andere laufen immer wieder weg, und wieder andere machen den Mund einfach nicht auf. Zähneputzen kann ganz schön nerven!

Deswegen suchen nahezu alle Eltern früher oder später nach Möglichkeiten, ihr Kind zum Zähneputzen zu animieren. Eine gute Möglichkeit liegt in Zahnputzliedern: Anders als Bücher oder Fernsehen lenken sie weniger ab, und können zudem die Bewegungen mit der Zahnbürste unterstützen.

Während so manches Zahnputzlied in seinem Rhythmus oft viel zu schnell ist, passt er sich speziell bei Zahnputzliedern von Janosch gut an die Geschwindigkeit der kreisenden Bewegungen beim Zähneputzen an. "Janoschs schönste Zahnputzlieder" sind erhältlich unter [www.janosch-shop.com](http://www.janosch-shop.com).

# Die richtige Prophylaxe-Behandlung

## DIAGNOdent in unserer Praxis

Dank umfassender Prophylaxe-Maßnahmen sehen Zähne heute in der Regel wesentlich besser und gesünder aus, als noch vor zwanzig Jahren. Der Zahnarzt sichtet den Zahnstatus während der meist halbjährlichen Kontrolluntersuchung und entfernt, wenn nötig, Zahnstein und eben Karies. Im Ergebnis scheinen die Zähne meist frei von Karies zu sein.

Doch der Schein trügt. Tatsächlich hat sich das Bild von Karies auch durch diese Art der Prophylaxe verändert. Denn Karies wird nun nicht mehr an der gut behandelten Oberfläche sichtbar, sondern versteckt sich oft im Inneren des Zahns oder in kaum einsehbaren Zahnfissuren.

Genau hier setzt das Diagnose-Instrument DIAGNOdent an. Indem es die sog. Laserfluoreszenz-Messung nutzt, kann neben oberflächlicher Karies auch versteckte Karies zuverlässig erkannt werden.

Das DIAGNOdent-Verfahren ist schonend und absolut schmerzfrei. Der Laser scheint durch die Zahnoberfläche hindurch. Dort, wo sich Karies versteckt, leuchtet das System auf, es kommt somit zu einer Fluoreszenz.

In unserer Praxis setzen wir DIAGNOdent zur Kariesprophylaxe ein, um so eine umfassende Prophylaxe zu ermöglichen. Zudem ist dieses Verfahren unabhängig vom behandelnden Zahnarzt, und liefert damit ein objektives Ergebnis und einen wertvollen Beitrag zur Gesunderhaltung Ihrer Zähne.

## Was sollte Ihr Zahnarzt bei jedem Kontrollbesuch machen, und was gelegentlich?

Das System von DIAGNOdent ist ein sicheres, unabhängiges Instrument zur Karies-Diagnostik.



Sie müssen Vertrauen zu Ihrem Zahnarzt haben und somit das Gefühl, dass er der richtige Ansprechpartner in Behandlungsfragen ist. Doch wie sieht eine gute Prophylaxe-Behandlung aus? Um dies einschätzen zu können, nenne ich Ihnen einige wichtige Punkte.

### MUNDHYGIENE & HALBJÄHRLICHE KONTROLLE

Sie selbst sind tagtäglich für Ihre Mundhygiene zuständig. Tägliches Putzen (2-3 Mal) und die Verwendung von Zahnseide sollten fester Bestandteil des Tagesablaufs sein (auch schon bei Kindern). Damit legen Sie die Grundlage (nicht nur) für gesunde Zähne.

Bei der halbjährlichen Kontrolle bei Ihrem Zahnarzt wird der Zustand von Zähnen und Zahnfleisch überprüft. Diese Vorsorge wird von den Krankenkassen übernommen, kostet Sie also nichts.



# “Brillenträger sind klar im Vorteil.”

Wichtige Tipps können beispielsweise Ihr Putzen verbessern. Denn viele Patienten haben nicht die optimale Zahnputztechnik – und das in jedem Alter! Leichter Zahnstein kann in solch einer Sitzung entfernt werden.

Je nach Ergebnis der Kontrolluntersuchung werden Sie auf unterschiedliche Behandlungs- oder diagnostische Möglichkeiten hingewiesen. Das kann eine professionelle Zahnreinigung, eine dentalhygienische Tiefenreinigung oder auch die Röntgendiagnostik sein.

## PROFESSIONELLE ZAHNREINIGUNG (PZR)

Die Professionelle Zahnreinigung kann vom Zahnarzt selbst durchgeführt werden, wird aber meist von einer entsprechenden Fachkraft, beispielsweise einer Dentalhygienikerin, übernommen. Dabei werden alle Zahnbeläge bis zum Zahnfleischrand entfernt. Dies geschieht mithilfe verschiedener Hilfsmittel, wie zum Beispiel Handgeräten (Küvetten) oder aber Geräten wie Ultraschall- oder Pulverstrahlgeräten. Auf diese Weise werden auch Verfärbungen, wie sie durch Wein, Kaffee, Nikotin oder Tee zustande kommen, entfernt. Auch die Zahnzwischenräume werden gesäubert. Im Anschluss werden die Zähne poliert und somit geglättet. So können sich weniger Bakterien an den Zähnen festsetzen. Möglicherweise wird am Ende noch ein Fluoridlack aufgetragen, um die Zähne stärker zu schützen.

Diese Behandlung ist für den Patienten schmerzfrei. Leider wird sie aber nicht von den Krankenkassen übernommen, die 80 bis 120€ sind von Ihnen aber gut angelegt. Denn eine PZR kann Sie vor Parodontitis schützen. Parodontitis wiederum kann das Risiko von Herzinfarkt und Schlaganfall erhöhen – Sie schützen folglich nicht nur die Gesundheit Ihres Mundes. Solch eine Behandlung ist 2 Mal im Jahr sinnvoll, in Einzelfällen auch häufiger oder seltener. Eine PZR dauert je nach Aufwand bis zu einer Stunde.

## DENTALHYGIENISCHE TIEFENREINIGUNG

Während die PZR die Zähne bis zum Zahnfleischrand reinigt, geht die Dentalhygienische Tiefenreinigung oder das Deep Scaling noch einen Schritt weiter – es reinigt den restlichen Zahn. Die Behandlung wird von einem/einer dafür ausgebildeten Dentalhygieniker/in vorgenommen. Mit speziellen Geräten (z.B. Ultraschallgerät) werden Zahnstein und Bakterien auch um die Zahnwurzel herum entfernt, sodass ihr Zahn nun komplett von Erregern befreit ist. Je nach Zustand des zu behandelnden Bereichs werden weitere Schritte vorgenommen. Beispielsweise können kleine Desinfektionschips eingesetzt werden, die das ehemals infektiöse Gebiet bei der Regeneration unterstützen.

Sollten Zähne und Zahnfleisch sehr empfindlich sein, kann die Behandlung unter lokaler Betäubung durchgeführt werden. Sie wird vor allem bei drohender Parodontitis empfohlen und ist ein wirksames Mittel, um schweren Entzündungen und damit verbundenen Behandlungen vorzubeugen. Auch erste Gewebsveränderungen lassen sich damit in den ursprünglich gesunden Zustand zurückführen.

## RÖNTGEN

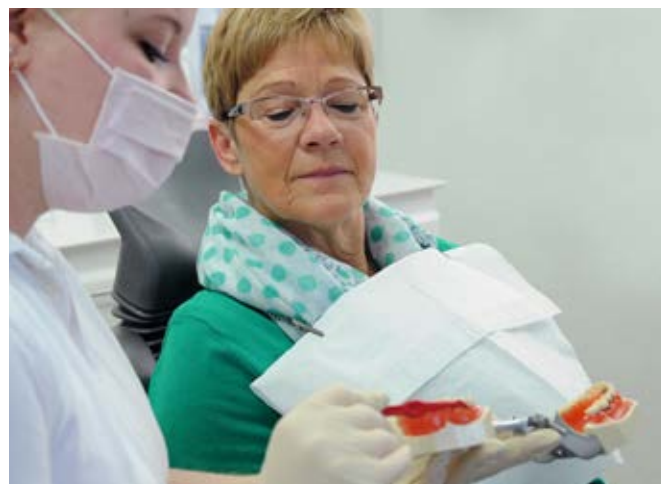
Karies in den Zahnzwischenräumen oder unter Füllungen oder Kronen (Sekundärkaries) kann nicht in allen Fällen gesehen oder ertastet werden. Mithilfe von Röntgenaufnahmen kann diese Diagnose aber gestellt werden. Gerne wird Ihr Arzt Ihnen die Bilder auch zeigen und gemeinsam mit Ihnen durchsprechen. Die Strahlenbelastung bei dieser Behandlung ist sehr gering und in der Regel ist das Röntgen, um einen Kariesbefund zu bestätigen oder zu widerlegen, nur alle 2 – 3 Jahre von Nöten. Die Kosten werden von der Krankenkasse übernommen.

## UNTERSUCHUNG MIT LUPENBRILLE

Ein Zahnarzt, der während des Vorsorge-Termins eine sog. Lupenbrille verwendet, kann weitaus mehr bei seinem Patienten sehen, als ein Behandelnder ohne Brille. Daher lautet die Devise: “Brillenträger sind klar im Vorteil!”

## FAZIT

Es sollte immer eine ausgiebige Kontrolle der Zähne und des Zahnfleisches durch den Zahnarzt vorgenommen werden, bevor weitere Methoden eingeleitet werden. Dazu gehört auch das Abklären eventueller Krankheiten oder der Einnahme von Medikamenten (beispielsweise blutverdünnender Mittel). Nur so kann eine individuell auf Sie abgestimmte Prophylaxe-Behandlung vorgenommen werden. Sollten Sie sich unsicher sein, holen Sie sich am besten eine zweite Meinung ein. Denn die Vorsorgemaßnahmen können Sie vor vielen gesundheitlichen Problemen und damit verbundenen Behandlungen schützen.



Eine gute Zahnputztechnik kann dabei helfen, weitere Behandlungen zu vermeiden.





# Bleaching. Veneers. Implantate.

Wir mögen kein Gelb – zumindest tun wir alles dafür, dass es sich nicht im Mund unserer Patienten befindet.

Kaum jemand hat noch nicht von den Möglichkeiten des Bleachings gehört, um Zahnverfärbungen effektiv entgegenzuwirken. (Noch) nicht ganz so bekannt sind hingegen Veneers, kleine Haftschalen aus Keramik, die einfach auf den gesunden Zahn geklebt werden. Veneers sollten ausschließlich bei ansonsten gesunden Zähnen eingesetzt werden. Hierbei geht es also um eine rein ästhetische Korrektur. Anders als beim Bleaching geht es i.d.R. nicht nur darum, Zahnverfärbungen zu entfernen, sondern auch um eine Verschönerung der Zahnform. Zahnimplantate hingegen kommen dann zum Einsatz, wenn mindestens ein Zahn verloren gegangen ist, oder der Einsatz eines Implantats auf-

grund des Zahnstatus geboten ist.

Bleaching wird also nur dann angewendet, wenn es um die reine Aufhellung Ihrer Zähne geht. Unterschieden werden grundsätzlich zwei Verfahren: das Home-Bleaching und das In-Office-Bleaching. Für das Home-Bleaching wird ein Abdruck von Ihrem Gebiss genommen und eine Kunststoffschiene angefertigt, die Sie je nach Anweisung des Arztes mehrere Stunden am Tag tragen. In diese Schiene streichen Sie vor dem Einsetzen etwas von dem Gel. Das Ergebnis lässt sich sehen, ist aber nicht mit dem des In-Office-Bleachings vergleichbar.

Das In-Office-Bleaching ist eine etwa einstündige Behandlung beim Zahnarzt. Hierbei wird das Gel direkt auf die Zähne aufgetragen und oftmals (wie beim Zoom!-Bleaching) mit UV-Licht bestrahlt. Dies intensiviert den Effekt der Aufhellung. Das Licht erfordert ein Abdecken der Lippen und des Zahnfleisches, sonst kann es zu einem Sonnenbrand kommen. Die Bleichmittel sind höher konzentriert und das Verfahren kann sofort wiederholt werden, falls der Effekt dem Patienten noch nicht ausreicht. Die Kosten betragen 250 – 350 Euro. Der Effekt kann mehrere Jahre halten, hängt aber von unterschiedlichen Faktoren wie der Zahnpflege und dem Ernährungsverhalten ab. Die ersten Tage nach der Behandlung sollten keine färbenden Nahrungsmittel (z.B. Heidelbeeren, Rotwein) zu sich genommen werden.

#### VENEERS-ARTEN

Für perfekte Zähne in Farbe und Form werden Veneers verwendet. Bei klassischen Veneers kommt es in der Vorbereitung zu einem leichten Abtrag der Zahnschicht. Dies ist deshalb notwendig, weil die Haftschalen aus Keramik ansonsten nicht ausreichend am Zahn haften. So genannte Non-Prep-Veneers verzichten auf einen solchen Abtrag. Allerdings kann diese Form der besonders dünnen Veneers nicht bei jedem Patienten eingesetzt werden, wie z.B. bei zu starken Zahnverfärbungen. Zudem sind die Kosten in der Anfertigung höher als bei den klassischen Veneers.

#### IMPLANTAT-ARTEN

Bei Implantaten kommen in aller Regel entweder Titan-Implantate oder weiße Zirkon-Implantate zum Einsatz: Beide Materialien sind seit mehreren Jahren erprobt,

wobei Titan schon längere Zeit verwendet wird und somit mehr Erkenntnisse vorliegen. Somit kann auf Erfahrungen zurückgegriffen werden, die zeigen: Sowohl Titan- als auch Zirkonimplantate sind gut verträglich. Titan ist ein Metall, auf das in Ausnahmefällen allergisch reagiert werden kann. Dann empfiehlt sich natürlich ein Zirkonimplantat. Auch ist es sinniger auf Titanoxid als Werkstoff zu setzen, wenn das Immunsystem des Patienten geschwächt ist. Denn aus Titanimplantaten lösen sich sehr geringe Mengen des Materials, die Menschen mit normal funktionierendem Immunsystem keinerlei Schwierigkeiten bereiten. Ist aber die körperliche Regeneration beeinträchtigt, kann es mitunter zu Problemen kommen.

#### ALLE VORTEILE IM ÜBERBLICK

##### Titanimplantat

- Mehr Langzeitstudien
- Gute Verträglichkeit
- Schnelles Einwachsen, starke Verbindung mit Knochen
- Sofortbelastung möglich
- Hohe Lebensdauer

##### Zirkonimplantat

- Gute Verträglichkeit
- Für Menschen mit schwachem Immunsystem
- Kostengünstiger
- Weiß, oft als ästhetischer empfunden
- Hohe Lebensdauer

Ein Titan-Stimulationstest kann Aufschluss geben. Gerne beraten wir Sie hierzu in unserer Praxis.



Mit dem ZOOM! Bleaching kann eine Zahnaufhellung von bis zu acht Stufen erreicht werden.

# Nützliche Helfer für gesündere Zähne

## Zahnschnee nicht nur im Winter

Auf diesen zwei Seiten stellen wir Ihnen zwei interessante Produkte vor, die – wie wir meinen – zeigen, dass auch die Zahnpflege-Industrie Trends erkennt und passend dazu innovative oder zumindest interessante Produkte entwickelt. Den Anfang macht der Zahnschnee, der die Zahnpasta zumindest unterwegs ablösen möchte.

Zähneputzen "to go" soll problemlos mit dem Zahnschnee funktionieren. Wasser oder eine Zahnbürste werden nicht benötigt.

Der Zahnschnee ist weder ein Ersatz für die Zahnbürste, noch ist er ein Mund-Spray – vielmehr ist er ein Ersatz für Zahnpasta, und zwar dann, wenn eben keine Zahnbürste zur Hand ist. Somit richtet sich das Produkt an Menschen, die unterwegs nicht auf eine zuverlässige Mundhygiene verzichten möchten.

### WIE WIRD DER ZAHNSCHNEE ANGEWENDET?

Der Zahnschnee rieselt mit nur einem Sprühstoß in den Mund, und beginnt dort zu schmelzen. Auf diese Weise wirkt er im gesamten Mund, und somit auch an schwer erreichbaren Stellen. Anschließend kann man das „Schmelzwasser“ einfach wieder ausspucken. Die Verwendung oder das Ausspülen mit Wasser soll nicht notwendig sein.

### WIRKT DER ZAHNSCHNEE?

Tatsächlich soll die Wirksamkeit des Zahnschnees im Rahmen einer internen Studie der Universität Zürich am Institut für orale Strukturbiologie getestet worden sein: Demnach wurde eine höhere antibakterielle Wirkung von megasmile Zahnschnee im Vergleich zu herkömmlichen Produkten nachgewiesen.

Ob der Zahnschnee wirklich die "Zahnpasta für unterwegs" werden kann, muss jeder für sich selbst entscheiden. In jedem Fall ist es ein interessantes Produkt aus dem Zahnpflegebereich, das einen Trend von "To go"-Produkten aufgreift und für den Bereich der Zahnpflege nutzbar macht.



# Mit Blau-Zahn zum besseren Ergebnis

Mittlerweile ist das Smartphone oder Tablet allgegenwärtig. Beim Joggen sagt es uns, wie schnell wir sind, beim Einkaufen erinnert es uns, was wir kaufen sollen, immer und überall weiß es, was in der Welt passiert. Warum nutzen wir es nicht auch zur Zahnpflege? Viele Hersteller elektrischer Zahnbürsten haben Apps entwickelt, die genau das zum Ziel haben. Ein Beispiel ist die kostenlose Oral-B App. Per Bluetooth lassen sich Zahnbürste und Handy miteinander verbinden und siehe da: Es wird gezeigt, wenn mit zu viel Druck geputzt wurde und wie lange man geputzt hat. Man kann sich an die Verwendung von Zahnseide und das Säubern der Zunge erinnern lassen.

## INDIVIDUELL ANPASSBAR

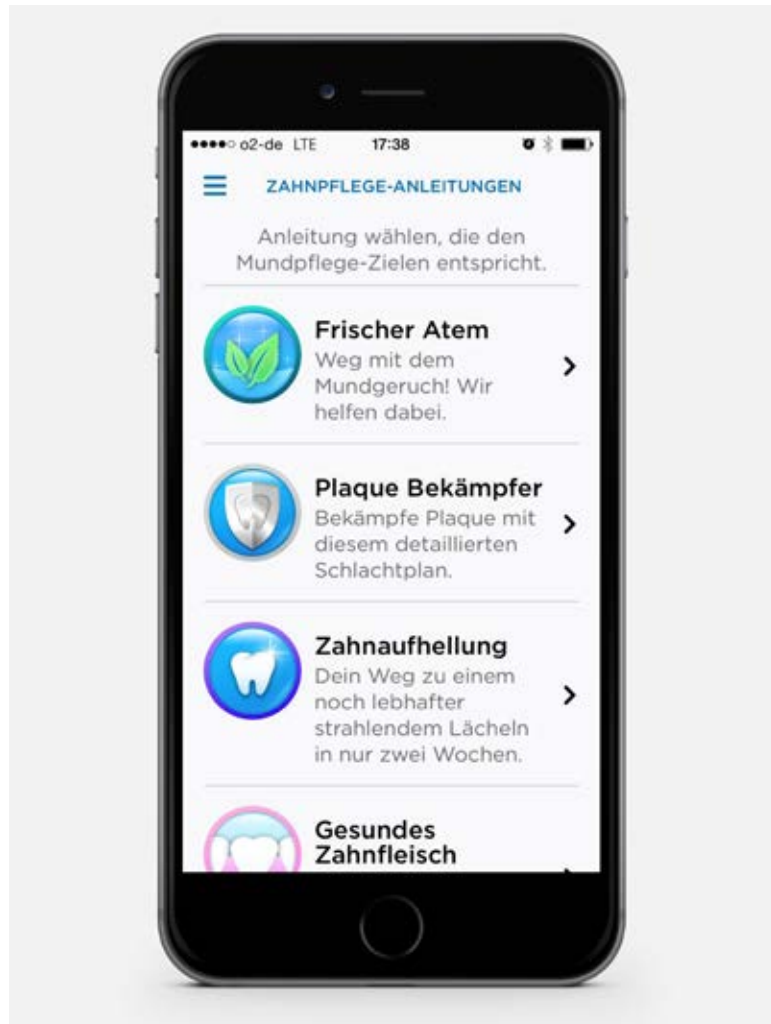
Wer möchte, kann sogar seinen Zahnarzt mit einbinden. Der kann beispielsweise für bestimmte Zahnbereiche eine höhere Putzzeit einstellen. Die App lässt sich auf diese Weise individuell auf den Benutzer einstellen.

Auch um Kindern die Putzzeit zu versüßen, gibt es ein vielfältiges Angebot an Apps. Für den „Disney Magic Timer“ ist eine entsprechende elektrische Zahnbürste von Nöten.

## MONSTER ZEIGEN ZÄHNEPUTZEN

Durch Einscannen wird in einem Kalender angezeigt, an welchen Tagen man mit der App geputzt hat. Diese App arbeitet mit einem Belohnungssystem: Das Kind kann Bilder, natürlich von Disney-Figuren, „frei schrubben“, und sie anschließend in Sammelalben einsortieren lassen. Dazu ist der Bildschirm zu Beginn eingeschäumt und gibt mit der Zeit den Blick frei.

Wessen Kind eine Handzahnbürste nutzt, kann sich zum Beispiel durch die App „Brusheez“ unterstützen lassen. Hier wählt das Kind zu Beginn ein Monster aus. Sobald die selbst gewählte Putzzeit läuft, fängt das Monster an, sich die Zähne zu putzen. Ihr Kind kann dem Monster nachputzen, während ein Zahnputzlied läuft.



Mit der APP soll es möglich sein, individuelle Mundpflege-Ziele zu erreichen.

Diese Beispiele sind nur ein kleiner Ausschnitt des Angebots. Die Apps basieren darauf, den Kindern die Zahnputzzeit zu verkürzen. Wie lange der ablenkende Effekt der einzelnen Apps anhält, ist wohl von Kind zu Kind unterschiedlich. Ein großer Vorteil ist, dass Sie sich mehr darauf konzentrieren können, dass Ihr Kind richtig putzt. Denn Ihre Überredungskünste, die den Nachwuchs zum Putzen bewegen sollen, sollten nicht mehr nötig sein.

# AUS IHRER ZAHNARZTPRAXIS AKTUELLES



Die Nuckelflaschenkaries gehört in vielen Zahnarztpraxen zum Alltag.

Da die sog. "Nuckelflaschenkaries", also Karies im Kleinkindalter, nach wie vor zunimmt, möchten wir an dieser Stelle auf die Ursachen hinweisen und aufzeigen, wie sich das Nursing-Bottle-Syndrom, wie es auch genannt wird, vermeiden lässt.

Viele Eltern wissen gar nicht, dass sie ihren Kindern mit süßen Getränken in den Nuckelflaschen nichts Gutes tun. Auch das Bewusstsein für die Bedeutung der Zahnpflege auch für Milchzähne ist oft nicht vorhanden. Daher empfehlen wir, auf gesüßten Tee oder andere zuckerhaltige Getränke zu verzichten, und auf regelmäßiges Zähneputzen bei Kleinkindern zu achten: Bitte investieren Sie mindestens zwei Minuten morgens und abends in die Zahngesundheit Ihrer Kinder!

Wussten Sie, dass immer mehr Dental-labore mit Dentaltechnik aus dem 3D-Drucker arbeiten? Die Vorteile liegen in der günstigeren und schnelleren Fertigung, aber auch in einer besseren Qualität.

Des Weiteren arbeiten niederländische Wissenschaftler aktuell daran, einen antibakteriellen Zahnersatz zu entwickeln, der dann ebenfalls aus dem 3D-Drucker kommen soll. Mithilfe dieses Zahnersatzes wird es zukünftig möglich sein, angrenzende Zähne nachhaltig zu schützen. (Quelle: Advanced Functional Materials, Volume 25, Issue 43, 2015)

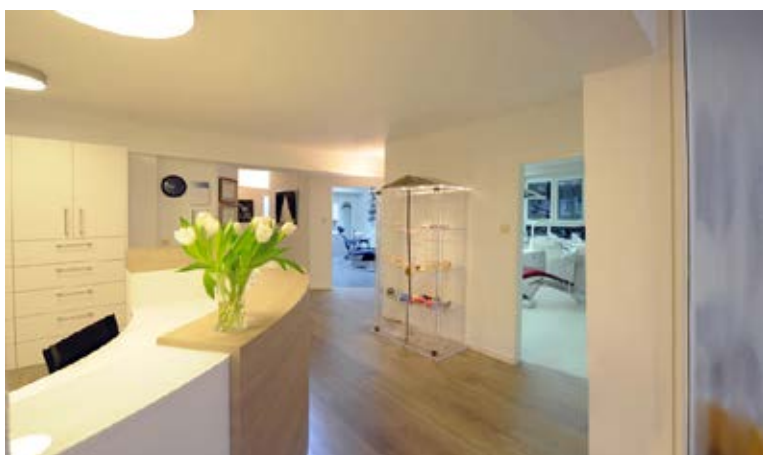


Ein Zahn aus dem 3D-Drucker, antibakteriell und in der Zahnmedizin einsetzbar?



Damit Sie sich bei uns wohlfühlen und Ihr Zahnarztbesuch schon in der Planung und bevor Sie bei uns sind möglichst stressfrei ist, wird schon im Terminmanagement dafür gesorgt, dass Sie keine langen Wartezeiten auf sich nehmen müssen. Die kurze Zeit bis zur Behandlung können Sie in unserer Wartelounge bei aktueller Zeitungslektüre oder laufendem TV-Programm überbrücken.

Unser Praxislabor ermöglicht es uns, kleinere Arbeiten und Reparaturen am gleichen Tag durchzuführen. Währenddessen können Sie bei Wasser oder Espresso & Co. im Wartebereich entspannen.



Wir tun alles dafür, Ihnen den Aufenthalt in unserer Praxis so angenehm wie nur möglich zu gestalten.



Wegen Mundgeruch müssen Sie sich nicht vor Ihrem Zahnarzt schämen. Sprechen Sie dieses Thema gerne an!

Knoblauch, Alkohol, Zwiebeln, fettige Lebensmittel, Kaffee und Tabak sind Beispiele für Nahrungs- und Genussmittel, die zu schlechtem Atem führen können. Es ist von Mensch zu Mensch unterschiedlich, wie stark der Körper darauf reagiert. Kompletter Verzicht ist natürlich auch keine Lösung. Denn wer längere Zeit nichts isst, zum Beispiel beim Fasten, hat eher Mundgeruch. Denn der Stoffwechsel verändert sich und bildet Abbauprodukte, die unangenehm riechen.

Mundgeruch kann aber auch Ursachen haben, die nicht im Mund begründet liegen. Dazu gehören unter anderem bestimmte Erkrankungen der Atemwege oder Verdauungsprobleme. Um die entsprechende Ursache zu finden, sollten Sie mit Ihrem Zahnarzt sprechen. Nur Mut! Das Thema muss für Sie nicht unangenehm sein.



Zahnarztpraxis  
Dr. med. dent. Rolf Peters  
Bürgermeister-Stümpel-Weg 3  
30457 Hannover  
Tel.: 0511 435061  
info@docpeters.de  
www.dr-peters-hannover.de