

Einfacher Weg zu langanhaltender Zahngesundheit

PRÄVENTION Prophylaxemaßnahmen beim Zahnarzt können Karies und Parodontose verhindern

VON FRIEDERIKE KOHTZ

Bei Karies und Parodontitis ist es wichtig, den Ursprung zu kennen und zu verstehen. Die Ursache muss, wie bei allen anderen Erkrankungen, erkannt und beseitigt werden. Ist sie nicht mehr vorhanden, bleiben Zähne und Zahnhalteapparat gesund. Zahngesundheit kann damit jeder erreichen.

In der Zahnheilkunde gibt es zwei Krankheiten, die durch Krankheitserreger ausgelöst werden. Neben der Karies ist es die Parodontitis, im Volksmund als Parodontose bekannt. Sie zeichnet sich durch Zahnfleischbluten beim Zähneputzen, Zahnfleischrückgang oder sich lockernde Zähne aus. Die Ursache dieser Erkrankungen besteht in der biologisch bakteriellen Mundflora.

Im Mund leben Millionen von Bakterien, darunter gutartige, aber auch aggressive Krankheitserreger. Sie produzieren

Säuren und Entzündungsstoffe. Die Säure greift den Zahnschmelz an und bewirkt eine Entmineralisierung der Zahnschutzschicht, sodass über einen längeren Zeitraum hinweg Karies entsteht. Dieser Verlauf wird häufig selbst erkannt, da das Krankheitsbild mit Schmerzen einhergeht.

Parodontitis kann zu anderen Krankheiten führen

Entzündungsstoffe hingegen reizen das Zahnfleisch. Der Körper bildet daraufhin Abwehrstoffe, die mit dem Blut zum Entzündungsort gelangen. Der Organismus reagiert mit körpereigenen Botenstoffen. Daraufhin schwillt das Zahnfleisch an, es rötet sich und blutet häufig beim Putzen. Der entzündliche Prozess bleibt oft unbemerkt, da meistens keine Beschwerden auftreten. Unbehandelt bildet sich langfristig ein tiefer Spalt zwischen Zahnfleisch und Zahn. In der entstandenen

Zahnfleischtasche vermehren sich die Bakterien unbemerkt. Sie schädigen nicht nur Zahnfleisch und Kieferknochen, sondern wandern über die Blutbahn in andere Körperregionen und setzen dort Entzündungsstoffe frei, die schwere Krankheiten auslösen und fördern können. Dazu gehören Schlaganfall, Gelenkentzündung, Diabetes, Herzinfarkt oder Frühgeburten. Oft werden diese Erkrankungen nicht mit der Parodontitis in Verbindung gebracht.

Besteht beispielsweise ein Diabetes, steckt man häufig in einer Zwickmühle. Wenn der Diabetes schlecht eingestellt ist, nutzen aggressive Bakterien die geschwächte Immunabwehr aus, und dringen in das Zahnfleischgewebe ein. Die Insulinwirkung wird durch die entstehenden bakteriellen Entzündungsstoffe verschlechtert. Somit erhöht sich wieder der Blutzuckerspiegel.

Mit Ballaststoffen und Proteinen Entzündungen vorbeugen

Die Ernährung spielt ebenfalls eine wichtige Rolle in der Zahngesundheit. Eine anti-entzündliche, ballaststoffreiche und probiotische Ernährungsweise steigert die Immunabwehr und wirkt der Parodontitis entgegen. Durch einen sogenannten BOB-Test kann eine zahnärztliche Kontrolle frühzeitig Klarheit schaffen, ob eine Erkrankung vorliegt. Dieser Test wird mit einer kleinen Sonde erhoben.

Ist jedoch eine Karies oder Parodontitis entstanden, ist die Behandlung dieser Erkrankungen durch den Zahnarzt angezeigt. Durch eine zahnsubstanzschonende und hochwertige Therapie können Karies und Parodontitis beseitigt werden. Unterstützende neue Alternativbehandlungen, wie beispielsweise eine lichtaktivierende Desinfek-



Friederike Kohtz
Praxismanagerin, ZMP, ZMV
Praxis für moderne Zahnheilkunde
www.zahnheilkunde-ol.de

BILD: ANJA REICHEL

tion (photodynamische Therapie), ermöglichen den Verzicht auf Antibiotika. Eine enge Zusammenarbeit zwischen

Internisten, Diabetologen und Ernährungsberatern sichert den Erfolg. Vor und nach der zahnärztlichen Behandlung ist eine unterstützende Parodontaltherapie durch zahnmedizinische Prophylaxefachkräfte (ZMPs) oder Dentalhygienikerinnen (DHs) empfehlenswert. Mit einer sanften Prophylaxemaßnahme, durch die Auswahl passender Pflegeprodukte und eine individuelle Begleitung der häuslichen Mundhygiene wird der langfristige Erfolg der zahnärztlichen Therapien unterstützt.

Zusammenfassend bedeutet das: Werden Bakterien durch ein individuell festgelegtes Zeitintervall in der professionellen Zahnreinigung und in der täglichen häuslichen Mundhygiene mit spezifisch abgestimmten Pflegeprodukten beseitigt, entstehen weder Karies noch Parodontitis. Lebenslange Zahngesundheit ist die Folge und der Zahnarztbesuch wird zur Freude.

ZAHNMEDIZIN

| Praxis | Adresse | Telefon, E-Mail | Sprechstunde |
|---|--|--|--|
| Juventus Tagesklinik Dr. Michael Wrobel Plastische und Ästhetische Chirurgie Andreas H. Raßloff Zahnheilkunde, Implantologie | Dragoner Str. 1 26135 Oldenburg www.juventus.de | Tel. 0441-2182446 Fax 0441-2182447 info@juventus.de | Individuelle Termine nach Ihren Bedürfnissen |
| Zahnarzt Dietrich Restemeyer Direkte Keramikversorgung mit Cerecverfahren | Mittellinie 77c 26160 Bad Zwischenahn/ Petersfehn | 04486/ 92880 | Mo-Do 8-13 Uhr, Mo, Die, Do 15-18 Uhr, Fr 8-14.30 Uhr |
| Dr. Andreas Hein MSc* und Partner, *Master of Science Implantologie Praxis für Zahnheilkunde Implantologie, Prophylaxe, Zahnästhetik, BhdL. unter Vollnarkose | Parkstraße 44 27798 Hude www.zahnarzt-dr-hein.de | Tel. 04408-970900 Fax 04408-970930 Email: praxis@zahnarzt-dr-hein.de | Montag bis Samstag nach Vereinbarung |
| DIE OLDENBURGER ZAHNÄRZTE, Andreas H. Raßloff und Partner, Ästh. Zahnheilkunde, Implantologie mit 3D Diagnostik, Zahnfleisch- u. WurzelkanalbhdL, Kinderzahnheilk. Gesamtsanierung u. Vollnarkose, Lachgasbehandl., Prof. Prophylaxe, Kiefergelenksdiagnostik (CMD), hochw. Zahnersatz von deutsch. Meisterlabor | Osternburg: Dragoner Str. 1 26135 Oldenburg Bürgerfelde: An der Südbäke 1 26127 Oldenburg | Tel. 0441/25225 info@praxis-osternburg.de Tel. 0441/63053 info@praxis-buergerfelde.de | Mo. – Do. 8 – 19 Uhr, Fr. 8 – 17 Uhr und nach Vereinbarung www.die-oldenburger-zahnaerzte.de |
| Praxis für moderne Zahnheilkunde M. Pradel, L. Roßner, A. Sernau, V. Nagel, Dr. Anke Rehagel u. A. Kühnle, Implantologie, Solo-Prophylaxe, Parodontologie, Kinderzahnheilkunde, ganzh. Zahnmedizin, Zahnästhetik | Bloherfelder Str. 17 26129 Oldenburg | 04 41 / 5 84 52 | Mo.-Do. 7.30 – 20.00 Uhr Fr. 7.30 – 18.00 Uhr, www.zahnheilkunde-ol.de |
| see u smile ZahnarztZentrum Oldenburg Dres. Claudia & Andreas Dmoch & Kollegen, CMD-Sprechstunde, ganzh. Zahnheilkunde, Implantologie, Endodontologie, Prophylaxe | Poststraße 1 26122 Oldenburg | 0441/ 9 55 58 40 www.see-u-smile-oldenburg.de | Mo-Fr. ab 8.00 Uhr nach Vereinbarung Früh- u. Abendsprechstunde |
| Zahnärzte Dr. Matthias Brüntjen und Partner Implantologie, Kieferorthopädie, Narkosebehandlung, ästhetische Zahnheilkunde, hochwertiger Zahnersatz Prophylaxe, Kinderzahnheilkunde | Paul-Tantzen-Strasse 6-8 26125 Oldenburg | T. 0441-602070 F. 0441-602017 | Montag-Freitag 8.00-18.00 |
| Zahnarztpraxis Dr. Christian von Mulert & Dr. Andre Siemer* Tätigkeitsschwerpunkt: Ästhetische Zahnheilkunde, festsitzender Zahnersatz *Spezialist für Prothetik & qualifiziert fortgebildeter Gutachter (DGPro) | Industriestrasse 4a 26121 Oldenburg | Tel. 0441/7781200 Internet: www.zahnarzt-mulert-siemer.de | Sprechzeiten: Mo.-Do. 8:00-18:30 Uhr Fr. 8:00-13:30 Uhr E-Mail: info@zahnarzt-mulertsiemer.de |
| Zahnarztpraxis Dr. Heinrich Meiners und Partner Soloprophylaxe, Cerec, Implantologie, Kinderzahnheilkunde, Kieferorthopädie | Bremer Heerstr. 127 26135 Oldenburg | 0441-20892 0441-20798 | Montag bis Freitag nach Vereinbarung |
| Zahnarztpraxis Dr. Joachim Buck Kiefergelenktherapie (CMD), Ästhetik SOLO -Prophylaxe, ganzh. Zahnheilkunde, Amalgamentfernung, Schnarchen | Prinzessinweg 40 26122 Oldenburg | 0441 - 77177 | Montag bis Freitag nach Vereinbarung |
| Zahnärzte am Haarenufer Dr. N. Stanko, Dr. H.-D. Reimus Prophylaxe, prof. Zahnreinigung, Praxislabor, metallfreier Zahnersatz, Ganzheitliche Zahnmedizin | Haarenufer 31 26122 Oldenburg | Tel. 0441/776079 info@zahnaerzte-haarenufer.de | Sprechstunde: Montag bis Freitag nach Vereinbarung |

ORTHOPÄDIE

| Praxis | Adresse | Telefon, E-Mail | Sprechstunde |
|--|---|--|---|
| Dr. med. Michael Bier, Facharzt für Orthopädie, Akupunktur, Ganzheitliche Orthopädie, Naturheilverfahren, Chirotherapie | Grüne Straße 4 26121 Oldenburg | 0441 / 9 250 250 0441 / 9 250 543 | Privatpraxis, Termine n.V., www.Dr-Bier.de, info@Dr-Bier.de |
| Rainer de Barse Facharzt für Orthopädie, Chirotherapie, Osteologie (DXA - Knochendichtemessung), Stoßwellentherapie | Oldenburger Str. 257 26180 Rastede | 04402/ 84040 04402/ 2650 | Mo, Die, Do 8-12 u. 15-18 Uhr, Mi + Fr 8-13 Uhr und nach Vereinbarung praxis@orthopaede-rastede- debarse.de www.orthopaede- rastede-debarse.de |
| T. Tiller & Dr. G. Stein Ärzte für Orthopädie Orthopädie/Unfallchirurgie/Chirotherapie /Akupunktur | Menckestr. 5 26316 Varel | Tel. 04451/8081455 Fax. 04451/8081461 | Nach Vereinbarung Privat und Selbstzahler www.or-phy.de orthopaedie@or-phy.de |
| Dres. F.Cramer, S-O Meyer, R. Heimbürger, M. Kauss Orthopädie, Sportmed., ESWT, Osteoporose DXA, Akupunktur, Stat. OP | Mozartstr. 30 26655 Westerstedde Oldenburger Str. 2a 26160 Bad Zwischenahn | 04488-523550 www. orthopaedie-wst.de 04403/6023230 www.orthopaeden- am-meer.de | Mo.-Fr. 8.-12 Uhr, Mo., Di. u. Do. 15-19 Uhr |

IMPLANTOLOGIE

| Praxis | Adresse | Telefon, E-Mail | Sprechstunde |
|--|--|--|--|
| Juventus Tagesklinik Dr. Michael Wrobel Plastische und Ästhetische Chirurgie Andreas H. Raßloff Zahnheilkunde, Implantologie | Dragoner Str. 1 26135 Oldenburg www.juventus.de | Tel. 0441-2182446 Fax 0441-2182447 info@juventus.de | Individuelle Termine nach Ihren Bedürfnissen |
| Dr. Andreas Hein MSc* und Partner, *Master of Science Implantologie Praxis für Zahnheilkunde Implantologie, Prophylaxe, Zahnästhetik, BhdL. unter Vollnarkose | Parkstraße 44 27798 Hude www.zahnarzt-dr-hein.de | Tel. 04408-970900 Fax 04408-970930 Email: praxis@zahnarzt-dr-hein.de | Montag bis Samstag nach Vereinbarung |
| Medizinisches Versorgungszentrum ZahnZentrum Nordwest GmbH Implantologie, Dentalchirurgie, 3D-Röntgen, Kieferorthopädie, Zahnmedizin, Meisterdentallabor, Vollnarkosebehandlung 2 Master of Science Implantologie & Dentalchirurgie 2 Master of Science Kieferorthopädie | Brinkmanns Kamp 1 27798 Hude | Tel. 04408/7477 www.zz-hude.de Info-Hotline: Tel. 04408/923180 (auch am WE) | Sprechzeiten: Mo.-Fr.: 8:00 - 19:00 Uhr Sa.: 8:00 - 13:00 Uhr |
| Brinkmann, Detlev ZA Implantologie, Lasertherapie, ästhetische Zahnheilkunde eigenes Praxislabor | Theaterwall 14 26122 Oldenburg | Tel. 0441/26387 Fax 0441/9250666 e-mail: detlev.brinkmann@t-online.de www.zahnarztbrinkmann.de | Mo. Di. Do. 8:00 – 12:30 und 14:30 – 18:00 Mi. Fr. 8:00 – 13:00 |
| DIE OLDENBURGER ZAHNÄRZTE, Andreas H. Raßloff und Partner, Ästh. Zahnheilkunde, Implantologie mit 3D Diagnostik, Zahnfleisch- und WurzelkanalbhdL, Kinderzahnheilkunde, Gesamtsanierung u. Vollnarkose, Lachgasbehandl., Prof. Prophylaxe, Kiefergelenksdiagnostik (CMD), hochw. Zahnersatz von deutsch. Meisterlabor | Osternburg: Dragoner Str. 1 26135 Oldenburg Bürgerfelde: An der Südbäke 1 26127 Oldenburg | Tel. 0441/25225 info@praxis-osternburg.de Tel. 0441/63053 info@praxis-buergerfelde.de | Mo. – Do. 8:00 – 19:00Uhr, Fr. 8:00 – 17:00 Uhr und nach Vereinbarung www.die-oldenburger-zahnaerzte.de |
| Dr. Christian Werk MSc Master of Science in Implantologie Implantologie mit 3-D-Diagnostik, hochwertiger Zahnersatz, ästhetische Zahnheilkunde, eigenes Praxislabor | Oldenburger Straße 291 26180 Rastede | 04402 964 953 9 | Montag bis Freitag nach Vereinbarung |