

Zahnjournal

INFORMATIONEN VON EXPERTEN RUND UM DAS THEMA ZAHNGESUNDHEIT

Wir machen die Zähne!



**Generationenprojekt
Zahngesundheit –**

**Die richtige Versorgung
für Jung bis Alt**



„Zahngesundheit – von Jung bis Alt“



Liebe Leserinnen und liebe Leser! Die richtige Versorgung für Jung bis Alt ist ein wichtiges Thema in der Zahnmedizin und Zahntechnik: Schließlich haben Menschen unterschiedlichen Alters auch unterschiedliche Bedürfnisse und Ansprüche – für uns, die zahntechnischen Meisterlabore Ihrer Region, ein guter Grund, dieses Thema in den Mittelpunkt der aktuellen Ausgabe des Zahnjournals zu stellen.

Unser Experte im Interview Dr. Michael Wolf macht den Anfang. Er beantwortet kenntnisreich die wichtigsten Fragen zu einem wichtigen Thema: Was brauchen die unterschiedlichen Generationen, um ihre Zahngesundheit auch im Hinblick auf die Kieferorthopädie möglichst ein Leben lang zu behalten? In unserem großen Artikel im Mittelteil dieses Zahnjournals geht es darum, wie die Zahnheilkunde und Zahntechnik bei Menschen jeden Alters für mehr Ästhetik sorgen – vom Kind bis zum Senioren.

Wer unter Zahnarzt-Angst leidet, weiß, wie schwer ein Besuch in der Praxis ist, wenn die Angst stets mit im Stuhl sitzt. In diesem Heft erfahren Sie, wie sich die Situation für Betroffene deutlich verbessern lässt.

Wie immer finden Sie in diesem Heft die Adressen von zahntechnischen Meisterlaboren in Ihrer Nähe. Auf unserer Kinder- und Jugendseite gibt es Extra-Tipps, was ihr selbst für eure Zahngesundheit tun könnt. Das Impressum und unsere Kontaktdaten finden Sie in dieser Ausgabe auf Seite 10.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen!

Die Themen im Überblick

Zahngesund? – Ein Leben lang!

Dr. Michael Wolf im Interview

Schon gehört?

Interessantes zur Zahngesundheit

Hier finden Sie einen Experten vor Ort

Meistergeführte Dentallabore

Schön – in allen Lebenslagen!

Zahnheilkunde und Zahntechnik sorgen für Ästhetik

Wenn die Angst zu groß wird

Was sich gegen Zahnbehandlungsphobie tun lässt

Zahnjournal Junior

Eure Kinder- und Jugendseite

Wenn der Patient aktiv mitarbeitet

Was ist eigentlich „Compliance“?

Zahngesund? – Ein Leben lang!

Experte im Interview: Priv.-Doz. Dr. med. dent. Michael Wolf

Zahnjournal: Was tut die Kieferorthopädie für die Zahngesundheit?

Dr. Michael Wolf: Die Zahnmedizin besteht aus mehreren Teilgebieten mit unterschiedlichen Schwerpunkten, wobei sich die Kieferorthopädie mit der Verhütung, Erkennung und Behandlung von Fehlstellungen der Kiefer und der Zähne befasst.

Zahnjournal: Welche Versorgung braucht der Mensch im Laufe des Lebens?

Dr. Michael Wolf: Ähnlich wie andere Regionen des Körpers verändern sich der Bereich, der den Mund und das Gesicht betrifft, sowie der Kontakt zwischen den Zähnen des Ober- und Unterkiefers (Okklusion) kontinuierlich. Diese Anpassung geht nach Abschluss des Wachstums weiter.

Zahnjournal: Welche Themen betreffen Kinder und Jugendliche in der Kieferorthopädie, welche die ältere Generation?

Dr. Michael Wolf: Da sind die Zahn-Entwicklung im frühen Kindesalter zu nennen, die Wechselgebissphasen oder der Zahnverlust durch Unfall. Bei Heranwachsenden kommt es manchmal zu Ankylosen von Milchzähnen, d. h.: der Zahn wächst mit dem Kieferknochen zusammen und verliert seine Eigenbeweglichkeit. Wird diese – eher seltene – Fehlentwicklung erst spät diagnostiziert, kann es zu erheblichen vertikalen Entwicklungsstörungen des Teils von Ober- und Unterkiefer kommen, der die Zahnflächen trägt (Alveolarfortsatz).

Im zunehmenden Alter kommt es zu physiologischen Veränderungen, die sich auch auf den Kontakt zwischen den Zähnen des Ober- und Unterkiefers (Okklusion) auswirken und die präventiv berücksichtigt werden sollten. Ein Beispiel ist der zunehmende Frontengstand im Unterkiefer – als Folge davon, dass der Gesichtsschädel die Form verändert.



Direktor (Komm.) an der Poliklinik für Kieferorthopädie, Universität Jena

Kieferorthopädische Praxis am Friesenplatz, Köln

Bleibt die frühe Diagnose aus, kann dies zum Abbau des Zahnfleisches und zu Zahnverlust führen. Hier verbessert eine frühzeitige minimale Stellungskorrektur die Situation – oftmals in wenigen Monaten. Für den Patienten bedeutet das konkret: schönere Zähne, die sich besser pflegen lassen.

Zahnjournal: Wie wichtig ist die Zusammenarbeit in der Zahnmedizin?

Dr. Michael Wolf: Individuelle Zahngesundheit verstehe ich als interdisziplinäre Aufgabe. Für die Arbeit in der kieferorthopädischen Praxis sowie in allgemein Zahnärztlicher und zahntechnischer Sicht ist die Kenntnis über Entwicklungsprozesse wichtig – gerade im Hinblick auf die rechtzeitige diagnostische Erkennung und Therapie von Fehlgeregulationen. Häufig lassen sich durch das gemeinsame Vorgehen schwergradige Fehlentwicklungen frühzeitig, relativ leicht und minimalinvasiv verhindern.

Die kollegiale Kooperation stellt also einen zentralen Faktor für eine erfolgreiche und zielgerichtete Patientenversorgung dar. Das gleiche gilt für die gute Zusammenarbeit mit dem Dentallabor. Auch persönlich

kann ich dies in der Patientenversorgung beobachten.

Zahnjournal: In welchen Fällen ist die rechtzeitige Zusammenarbeit besonders angezeigt?

Dr. Michael Wolf: Die moderne Zahnheilkunde setzt vermehrt parodontal-chirurgische Verfahren und Implantationen ein. Hier ist oft auch eine Behandlung in Kooperation mit der Kieferorthopädie angezeigt. Nehmen wir die Implantation: Vor oder während der Einheilung des Implantats kann durch den Einsatz einzelner lokaler kieferorthopädischer Mechaniken eine Lückenöffnung oder Backenzahn-Aufrichtung erfolgen. Steigenden Bedarf sehe ich auch bei parodontal-chirurgischen Maßnahmen und einer späteren Stellungskorrektur bezogen auf die kieferregulierende Stabilisation von Zähnen.

Zahnjournal: Wer ist an der kollegialen Kooperation beteiligt?

Dr. Michael Wolf: Zahnärzte, Parodontologen und Kieferorthopäden arbeiten gemeinsam mit gut ausgebildeten Zahntechnikern für eine optimale Ergebnisqualität und somit für Gesundheit und Zufriedenheit des Patienten. Dazu genügen oft schon kurze Abstimmungen vor der Therapie. Zum einen möchte der Patient möglichst schnell und „unsichtbar“ behandelt werden. Zum anderen werden durch weitere therapeutische Maßnahmen funktionale und ästhetische Aspekte in einer Gesamttherapie berücksichtigt. Dies gilt natürlich auch für alle nicht-kieferorthopädischen Maßnahmen bei der Zusammenarbeit von Zahnarzt und Zahntechniker, wenn es um Zahnersatz geht.

Gesunde Zähne von Anfang an!

Die richtige Pflege sorgt für eine gute Basis

Es ist ein Ammenmärchen, dass Milchzähne bei Babys und Kleinkindern nicht so gut gepflegt werden müssten, weil sie ja sowieso ausfallen. Experten sind sich einig, dass auch die Zähnchen der Kleinen täglich gereinigt werden sollten – am besten mit einer Kinderzahnbürste mit weichen Borsten und etwas fluoridierter Kinderzahn-pasta. Am einfachsten gelingt das, wenn das Kind bereits früh durch feste Rituale ans Zähneputzen gewöhnt wird. In den ersten Lebensjahren putzen Vater oder Mutter. Spätestens ab dem dritten Lebensjahr wird empfohlen, das Kind selbst die Pflege übernehmen zu lassen – nach intensivem Üben unter Aufsicht natürlich, denn so einfach ist die gründliche Pflege für das Kind nicht. Hier unterstützen Bilderbücher und CDs mit Zahnputzliedern. Darüber hinaus empfehlen Zahnärzte, dass Eltern den Putzerfolg bis in die Schulzeit hinein kontrollieren und – wenn nötig – nachputzen.



Der spielerische Einstieg in die Zahnpflege

Kleine Wunderwerke der Natur

So ist ein Zahn aufgebaut

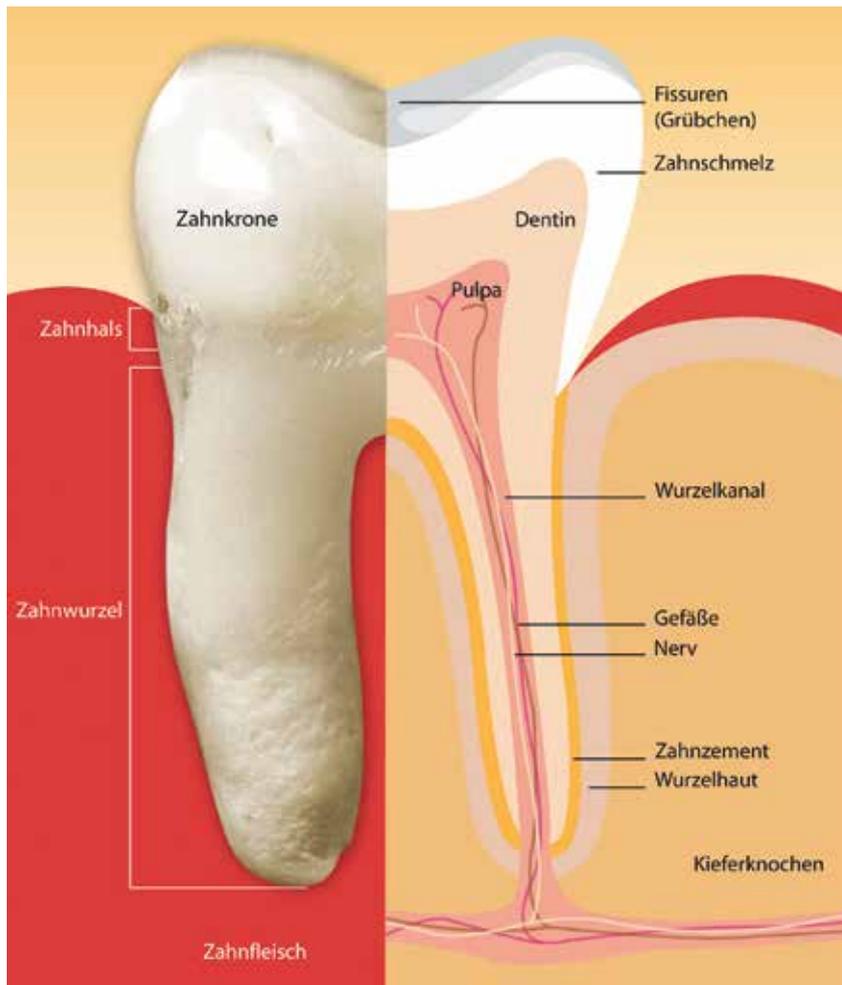


Illustration und Foto: Initiative proDente e.V.

Hingeschaut!

Auslands-Zahnersatz

Preiswerter Zahnersatz aus dem Ausland – das klingt verlockend. Dahinter steckt der Gedanke, dass Zahnersatz wie jedes andere Produkt eben „nur“ eine Handelsware sei. Aber stimmt das? Wie steht es um die Qualität? Und was passiert, wenn eine Reparatur fällig wird? Im deutschen Medizinproduktegesetz sind Qualität und Materialien genau definiert – immer unter der Federführung des gut ausgebildeten Zahntechnikermeisters in enger Zusammenarbeit mit dem behandelnden Zahnarzt, die nach der Behandlung genau wissen, was verwendet wurde. Im Falle einer nötigen Reparatur ist das beispielsweise bei Metallen wichtig, da diese unter anderem unterschiedliche Schmelzpunkte aufweisen. Bei Angeboten aus dem Ausland ist die genaue Zusammensetzung des Materials hingegen oft unklar. Die Folge: Der ganze Zahnersatz wird beim Reparaturversuch zerstört. Das kann sehr teuer werden! Zahnersatz ist schließlich Vertrauenssache – und die wohnortnahe Betreuung des Patienten ein unbezahlbarer Vorteil bei der Versorgung mit Zahnersatz, der sitzt, gut aussieht und lange hält.

High Tech im Dentallabor

Mit technischer Innovation zu optimaler Qualität

Die Technisierung und Digitalisierung im Dentallabor schreitet voran: Nichts Neues für eine Branche, die für technische Innovationen bekannt ist. Auch in der Vergangenheit wurden immer wieder neue Werkzeuge, Geräte und Maschinen eingeführt, um funktionstüchtigen Zahnersatz bereitzustellen – und damit eben auch neue Verfahrenstechniken. Mittlerweile ist das computergestützte Arbeiten im Dentallabor selbstverständlich. Hier sind vor allem CAD/CAM-Systeme zu nennen („Computer Aided Design“ und „Computer Aided Manufacturing“), mit denen der Zahn-techniker auf die gestiegenen Ansprüche an Ästhetik und Passgenauigkeit beim Zahnersatz reagiert. Denn der extrem harte und stabile Keramik-Werkstoff Zirkoniumoxid, der für Brücken und Kronen wegen seiner Ähnlichkeit zu echten Zähnen gern genommen wird, lässt sich nur mithilfe von CAD/CAM-Systemen bearbeiten.

Zu Beginn steht aber auch bei dieser Versorgung Handarbeit: Der Zahn-techniker fertigt ein Gipsmodell, bevor er es einscannert und anschließend am Computer weiterbearbeitet (CAD). Diese digitalen Daten gehen an die Fräsmaschine (CAM), die aus einem Materialblock eine vollkeramische Unterkonstruktion herausschleift, auf die im nächsten Schritt Keramikver-

blendungen aufgebrannt werden. Trotz voranschreitender Technik und Digitalisierung: Gleichzeitig bleibt der Beruf des Zahn-technikers ein Handwerk, das neben Geschicklichkeit und Erfahrung auch Wissen über Materialien, Statik, Stabilität und Ästhetik erfordert – schließlich wird jeder Zahnersatz individuell für den Patienten angefertigt. Und der erwartet eine sichere, optisch ansprechende und langlebige Lösung.

Foto: Detlev Morbach, Brühl



Gipsmodell im Scanner mit CAD/CAM-Bild

Kein Witz! – Lachen ist gesund

Humor unterstützt Therapieerfolg

Strahlende Augen, glückliche Gesichter – der Clown ist auf der Station und die kranken Kinder in ihren Betten, ihre Eltern und Betreuer können für einen kleinen Moment ihr Leben etwas leichter nehmen. Der Clown auf der Kinderstation eines Krankenhauses oder im Seniorenheim – das ist längst keine Seltenheit mehr, denn heute weiß man: Lachen ist gesund und wird deshalb therapeutisch eingesetzt. Lachen verbessert die Lungenfunktion und die Sauerstoffversorgung des Gehirns, baut Stresshormone ab und steigert die Immunabwehr. Amerikanische Wissenschaftler konnten belegen, dass deutlich mehr körpereigene Abwehrstoffe gebildet werden, während wir lachen. Dabei muss das Lachen nicht einmal einen Grund haben, um zu wirken. Lach-Yoga beispielsweise, das 1995 von dem indischen Arzt Madan Kataria entwickelt wurde, kombiniert Atemübungen des Hatha-Yoga mit eingeübtem, absichtslosem Lachen. So wurden bei Schlaganfallpatienten nach vier Wochen Lach-Yoga deutlich verringerte Blutdruckwerte gemessen. Heißt für uns alle: Tun wir etwas für unsere Gesundheit – und lachen mal wieder!

Nachgefragt

Was bringt eine Kariesbehandlung mit Laser – statt mit Bohrer? Mittlerweile setzen viele Zahnarztpraxen unterschiedliche Lasertypen in der Behandlung ihrer Patienten ein. Bei der Kariesbehandlung kann so auf den Bohrer verzichtet werden. Das bringt echte Vorteile: keine unangenehmen Geräusche mehr, kaum Schmerzen, keine Spritze, weniger Angst. Der Laser arbeitet mit der Kraft eines gebündelten energiereichen Lichtstrahls – vibrations- und berührungsfrei und ohne dass Hitze entsteht. Dieser Lichtstrahl sendet kurze Impulse aus, mit denen der Karies pulverisiert und weggespült wird. Dabei schont das Verfahren die gesunde Substanz des Zahnes und auch Füllungen, die nötig werden, haften besser. Allerdings gilt: Noch ist die Behandlung mit einem Laser bei den meisten gesetzlichen Krankenkassen eine Wahlleistung, die nicht oder nur teilweise erstattet wird.



Foto: Markus Schmidt

HHH HUMOR HILFT HEILEN: Die Stiftung von Dr. Eckart von Hirschhausen setzt sich für die positive Stimmung in Krankenhäusern ein.



Auch im fortgeschrittenen Alter können Zähne strahlen – dank guter Versorgung.

Schön – in allen Lebenslagen!

Zahnheilkunde und Zahntechnik sorgen für Ästhetik

Schöne, ebene Zähne, mit denen man der Welt selbstbewusst und entspannt entgegenlächeln kann: wer wünscht sich das nicht? Die moderne Zahnheilkunde und Zahntechnik kennen viele Möglichkeiten, die ursprüngliche Ästhetik zu schützen oder bei Bedarf für mehr Ästhetik zu sorgen – und das für Patientinnen und Patienten aller Altersstufen.

Schöne Zähne schützen

Klara Weber* spielt Hockey im Verein. Die Elfjährige weiß, dass sie ihre Zähne schützen muss. Optimal dazu eignet sich ein herausnehmbarer **Mundschutz**, den ihr der Zahntechniker individuell nach ihrem Abdruck im Dentallabor angefertigt hat. Diese Kunststoff-Schiene schützt effektiv Klaras Zähne, das Zahnfleisch, die Lippen und den Kiefer – und sieht nebenbei noch gut aus, weil sie selbst die Farbe bestimmen konnte.

Wenn Zähne falsch stehen

Tim Fischer* ist genervt von seiner Zahnreihe im Unterkiefer. Hier stehen drei Zähne ziemlich schief zueinander – das sieht nicht gut aus und ist darüber hinaus sehr schwer zu pflegen. Eine Spange will der Zwanzigjährige aber nicht tragen. Seine Zahnärztin rät ihm zu einer **Zahnstellungskorrektur** mit Hilfe einer durchsichtigen Schiene, die er nur zum Essen und zur Zahnpflege herausnimmt. Diese Schiene ist eine von mehreren, die nach exakter Vermessung individuell auf den Behandlungsverlauf hin vom Zahntechniker gefertigt wurden. Nach anfänglicher Eingewöhnung nimmt Tim Fischer* sie kaum mehr wahr, zumal sie ihn nicht beim Sprechen oder Lachen stört. Alle paar Wochen geht er zur Schienenanpassung zur Zahnärztin und schon bald sieht er erste Erfolge auf seinem Weg zur geraden Zahnreihe.

Optische Aufwertung

Mit den Jahren haben sich die Zähne von Ingo Werster* dunkel verfärbt. Das stört den Mittvierziger sehr. Sein Zahnarzt schlägt ihm **Bleaching** vor, um die Zähne wieder aufzuhellen. Dabei ist es wichtig, dass die Ausführung fachgerecht erfolgt: Zuerst fertigt die Zahntechnikerin für Ingo Werster* nach dessen Abdruck eine individuelle Kunststoffschiene, in die das Bleaching-Gel gefüllt wird. Diese trägt Ingo Werster* etwa über den Zeitraum von vierzehn Tagen am Abend oder über Nacht. Alternativ kann der Zahnarzt die Zähne in der Zahnarztpraxis aufhellen. Dazu verwendet er ein höher dosiertes Mittel, das mit einer speziellen Lampe erwärmt wird. Dieses Verfahren eignet sich auch, wenn ein toter Einzelzahn aufgehellt werden soll.

Keramikschalen mit Wirkung

Ebenso sorgt ein Veneer für besseres Aussehen – und das dauerhaft und schonend, denn es geht nur ein sehr geringer Teil des natürlichen Zahnes verloren. Petra Pelzer* hatte

Vorher, nachher – Veneers versorgen dauerhaft und schonend kleinere Schäden.

sich kürzlich einen Vorderzahn abgebrochen. Ihre Zahnärztin schlägt ihr die Versorgung mit einem **Veneer** vor. Diese metallfreie, bioverträgliche Keramikschale wird im Dentallabor gefertigt. Da Petra Pelzer* als Stewardess sehr darauf bedacht ist, dass das Veneer sich optimal einpasst, kommt der Zahntechniker zur diagnostischen Einprobe in die Praxis. Erst dann wird das Veneer mit Spezialkleber auf die Zahnoberfläche aufgebracht.

Zahnersatz, der überzeugt

Hans Kleiber* braucht Zahnersatz im rechten Backenzahnbereich. Gelesen hat er von der **Krone to go**. Dabei handelt es sich um ein Verfahren, bei dem der Zahnarzt noch in der Praxis und in einer Sitzung die gesamte Krone herstellt und einpasst. Klingt verlockend, schließlich geht auch Hans Kleiber* nicht gern öfter zum Zahnarzt als unbedingt nötig. Beim nächsten Besuch spricht er seine Zahnärztin auf das Verfahren an. Sie erklärt ihm, dass bei diesem Verfahren einfache, standardisierte Lösungen aus keramischen Materialien gefertigt werden. In der Praxis wird dabei der Zahnersatz aus einem Block



gefräst. Oft sind die verwendeten Keramiken härter als der gegenüberliegende Zahn, was für diesen gefährlich werden könnte – dies gilt gerade für den Backenzahnbereich. Aus diesem Grund rät ihm die Zahnärztin zu einer passgenauen Lösung in mehreren Schritten.

Dass gute Lösungen Zeit brauchen, zeigt sich gerade auch im Frontzahnbereich. Hier beweist das erfahrene Team aus Zahnarzt und Zahntechniker durch Expertise und engmaschige Zusammenarbeit, wie passgenauer, langlebiger und ästhetisch anspruchsvoller Zahnersatz aussehen kann. Das gilt für die Versorgung mit **Langzeit-Provisorien** für den Übergang über die **individuelle Farbnahme** bis hin zur **Ästhetikanprobe**, bei der provisorische Schalen auf den unbehandelten Zähnen als Vorführmodell für den späteren Zahnersatz angepasst werden. So erhält der Patient eine gute Vorstellung davon, wie der zukünftige Zah-



Fotos: Initiative proDente e.V.

nersatz aussehen und funktionieren wird – hinsichtlich Zahnfarbe, Ästhetik und Aussprache.

Ästhetik – Kombination aus Zeit und Qualität

Zahnheilkunde und Zahntechnik können viel tun in Sachen Ästhetik – dabei gilt immer: Ästhetisch ansprechende Lösungen, die gleichzeitig mit guter Gesundheitsverträglichkeit und stressfreier Langlebigkeit überzeugen, sind das Ergebnis von Zeit, Handwerkskunst und Qualitätsanspruch. Ein weiterer Vorteil für den Patienten: Der behandelnde Zahntechniker arbeitet so nah, dass er den Patienten zu Gesicht bekommt und sich direkt mit dem Zahnarzt im Verlaufe der Behandlung und Versorgung austauschen kann. – Damit Sie als Patient am Ende wieder der Welt entgegenstrahlen...

*Der Name wurde von der Redaktion geändert.

Im Winter muss ich Top-Leistungen abliefern. Welche Krankenkasse bietet diese im ganzen Jahr?

Jetzt wechseln!

Berechnen Sie Ihren persönlichen Vorteil mit Bonus, Gesundheitskonto und Wahlтарifen unter: www.ikk-classic.de

Kostenlose IKK-Servicehotline: 0800 455 1111

Wenn die Angst zu groß wird

Was sich gegen Zahnbehandlungsphobie tun lässt

Zuerst ist da immer das mulmige Gefühl, kurz nachdem Heiner Klatt* seinen nächsten Zahnarzttermin vereinbart hat. Der Gedanke an die typischen Gerüche und Bohrgeräusche weckt nicht gerade Vorfreude. Aber Vorsorge muss sein! Das sieht Inge Wirt* genauso. Aber ihre Angst vor dem Zahnarzt ist schon deutlich größer. Deshalb bereitet sie sich mit kleinen Tricks auf den Besuch beim Zahnarzt vor.

Gute Vorbereitung – weniger Angst

Um sich zu beruhigen, hört Inge Wirt* im Wartezimmer über Kopfhörer ihre Lieblingsmusik. Das entspannt sie. Ihre Zahnärztin weiß, dass sie unter Angst leidet, und stellt sich während der Behandlung auf sie ein. Weil Inge Wirt* gern orientiert ist, was mit ihr passiert, erklärt ihr die Zahnärztin, was sie als Nächstes tut. Zusätzlich haben die beiden ein Handzeichen vereinbart, mit dem Inge Wirt* jederzeit die Behandlung unterbrechen kann.

Zahnbehandlungsphobie schränkt Betroffene ein

Nicht jeder bekommt seine Angst vor einem Besuch beim Zahnarzt so gut in den Griff wie Heiner Klatt* und Inge Wirt*. Immerhin bis zu 10 Prozent der Bevölkerung leiden an Zahnbehandlungsphobie. Diese äußert sich in körperlichen Symptomen wie Übelkeit, Zittern, Herzrasen oder Verkrampfungen. Hier wird die Angst so groß, dass für den Patienten eine normale Behandlung nicht in Frage kommt. Die Betroffenen nehmen ihre Termine nicht wahr oder vereinbaren erst gar keine. Stattdessen nehmen sie Schmerzen



Zahnarztangst lässt sich behandeln.

Foto: Initiative proDente e.V.

in Kauf, ein schlechtes Gebiss, eingeschränkte Gesundheit. Die Angst wird so groß, dass sie die allgemeine Lebensqualität einschränkt. Die Sorgen, Befürchtungen und Ängste sind vielfältig und beginnen bereits weit vor der eigentlichen Behandlung: vor Geräuschen und Gerüchen in der Zahnarztpraxis, vor Schmerzen, vor Allergien oder verunreinigten Spritzen, vor Kontrollverlust.

Woher kommt die große Angst?

Die Zahnbehandlungsphobie kann mehrere Ursachen haben: Sie kann in der Kindheit, beispielsweise durch schlechte Erfahrungen wie Schmerzen oder aus dem Gefühl der Hilflosigkeit, erlernt oder erworben worden sein. Vielleicht gab es aber auch im kindlichen Umfeld eine Bezugsperson, die eigene große Ängste vor dem Zahnarzt auf das Kind übertragen hat. Diese Ängste fußen

dann nicht auf eigenen Erfahrungen, können aber das Vertrauen in den Zahnarzt nachhaltig schädigen. Über kurz oder lang müssen sich die Betroffenen der Angst stellen – zu groß wird sonst das gesundheitliche Risiko. Die gute Nachricht: Es gibt Wege und Möglichkeiten – und gut ausgebildete Menschen, die sich damit auskennen.

Angst erfolgreich behandeln

Viele Zahnärzte verfügen über Strategien, um mit Angstpatienten umzugehen – von Homöopathie über Akupunktur bis zur Sedierung mit Lachgas. Auch die medizinische Hypnose kommt bei speziell ausgebildeten Zahnärzten zum Einsatz, um betroffenen Patienten die Behandlung zu erleichtern. Ist die Zahnbehandlungsphobie sehr stark ausgeprägt, kann eine Verhaltenstherapie helfen.

„Desensibilisierung“ in kleinen Schritten

Karin Lederer* möchte ihre Zahnbehandlungsphobie loswerden. Dazu wird sie von einem Psychotherapeuten und ihrer Zahnärztin mit einer Verhaltenstherapie unterstützt. Karin Lederer weiß, dass sich die Therapie über eine längere Zeit hinzieht. Nach und nach macht sie Fortschritte: die Praxis betreten, im Behandlungsstuhl sitzen, den Mund zur Untersuchung öffnen. Für Karin Lederer* sind das Erfolge auf dem Weg zur systematischen Desensibilisierung. Ihr Ziel hat sie klar vor Augen: irgendwann keine Angst vor dem Zahnarzt mehr zu haben.

*Der Name wurde von der Redaktion geändert.

Impressum

Verantwortlich im Sinne des Presserechtes:
Klaus Bartsch
Redaktion: Christine Braun, Alexander Bannas,
Thomas Bartsch, Gerhard Fallenstein, Detlev Morbach,
Joachim Rappard, Hans-Gerd Hebinck

boni-DENT Marketing GmbH
Wirtschaftsgesellschaft der Zahntechniker-
Innung Köln,
Hauptstraße 39, 50859 Köln-Widdersdorf,
Tel. 0221-503044

Auflage: 85.000 Stück
Projektbetreuung & Gestaltung:
Godt und Hebinck, www.godt-hebinck.de
Texte: Bettina Jungblut; Initiative proDente e. V.
Titelbild: www.fotolia.com



Zahnjournal junior

Moment mal! - Das kannst du selbst für deine Zahngesundheit tun!

Deine Zähne können ein Leben lang halten – wenn du sie gut pflegst. Dass regelmäßiges Zähneputzen dazugehört, lernen die Kleinen schon im Kindergarten. Zweimal am Tag solltest du deine Zähne mit einer weichen Zahnbürste reinigen. Was du sonst noch für deine Zahngesundheit tun kannst, erfährst du hier:

- Reinige einmal am Tag deine Zahnzwischenräume mit Zahnseide und/oder speziellen Zahnzwischenraumbürsten.
- Erfreue deine Zähne mit einer ausgewogenen Ernährung mit Vitaminen, Mineral-

- stoffen und Spurenelementen. Ein Snack zwischendurch muss nicht immer aus Schokolade sein – geschnittenes Gemüse wie Möhren oder Paprika tut es auch.
- Sorge für den Extra-Kick Pflege mit einer professionellen Zahnreinigung – am besten zweimal im Jahr. Dabei wird auch gleich dein häuslicher Putzerfolg überprüft.

Und natürlich gilt: Vergiss nicht, deine Zähne zweimal im Jahr durch deinen Zahnarzt checken zu lassen. Wenn du dich durch die Praxis erinnern lässt, verpasst du keinen Vorsorgetermin mehr.



Mehr Extras
für gesetzlich
Kranken-
versicherte!

Manchmal hält die erste Liebe länger als die zweiten Zähne.

Damit Ihnen das Lachen nie vergeht, empfiehlt sich eine private Zahnzusatzversicherung. Nur so sind Sie vor Zahlungen geschützt, die bei der gesetzlichen Krankenversicherung anfallen. Auch für alternative Heilmethoden oder Medikamentenzuzahlungen bieten wir Ihnen attraktive Zusatzschutz-Modelle. Informieren Sie sich jetzt!



Generalagentur Martin Jaworski
Haus des Handwerks, Frankenwerft 35, 50667 Köln
Telefon 0221 9415387, Fax 0221 9415388
Mobil 0177 4341527, martin.jaworski@signal-iduna.net

SIGNAL IDUNA 
gut zu wissen

Wenn der Patient aktiv mitarbeitet

Was ist eigentlich „Compliance“?

Der Patient sitzt im Behandlungsstuhl, macht den Mund auf und verhält sich ruhig. Wer das unter einer aktiven Mitarbeit versteht, liegt falsch. Auf dem Weg zur lebenslangen Zahngesundheit fällt immer öfter ein Begriff: Compliance. Der kommt aus dem Englischen und bedeutet: Einverständnis. In der Medizin bezeichnet Compliance die Bereitschaft des Patienten, aktiv an therapeutischen Maßnahmen mitzuwirken.

So hilft der Patient mit:

- ✓ Informationen über Vorerkrankungen und Angst weitergeben
- ✓ gründliche häusliche Zahnpflege mit der Zahnbürste
- ✓ weitere empfohlene Hilfsmittel wie Zahnseide verwenden
- ✓ regelmäßige Zahnarztbesuche und professionelle Zahnreinigung
- ✓ empfohlene Verhaltensweisen befolgen
- ✓ nachfragen, wenn etwas unklar ist

Voraussetzung für die Mitarbeit

Wie lässt sich der Patient dazu motivieren, an seiner Zahngesundheit aktiv mitzuarbeiten – und dafür Zeit und Geld einzusetzen? Das A und O ist das vertrauensvolle Verhältnis zwischen Zahnarzt, Praxisteam und Patient. Der Zahnarzt vermittelt seinem Patienten durch gute Aufklärung, Zuwendung und Mitgefühl, wie wichtig die Mitarbeit ist. Er nimmt sich Zeit, die Behandlung in einfachen Worten zu erklären, den Patienten positiv darauf einzustimmen und ihm den Nutzen zu verdeutlichen. Auch können organisatorische Hilfen wie Terminerinnerungen den Patienten unterstützen. Immer gilt: Erst wenn der Patient die Notwendigkeit seiner Compliance versteht, lässt sie sich erfolgreich umsetzen.

Je nach Alter werden junge und ältere Patienten unterschiedlich motiviert. Die Kleinen lernen mit Hilfe von Liedern, kleinen Geschenken oder Büchern. Ältere Patienten benötigen verständliche Pflegeinformationen und die vorurteilsfreie Aufmerksamkeit des Zahnarztes, wenn



Foto: Initiative proDente e.V.

Zähneputzen: Mitarbeit mit Wirkung!

es Probleme gibt. Erfolgserlebnisse sind für alle wichtig. Wenn der Zahnarzt lobt, bestärkt das den Patienten in seinem Bemühen und motiviert ihn weiter.

Und was bringt Compliance?

Gemeinsam an einem Strang ziehen und dabei gemeinsam profitieren: Compliance stärkt das Arzt-Patienten-Verhältnis und die Bindung des Patienten zur Zahnarztpraxis; sie fördert die beständige Mitarbeit des Patienten und somit die lebenslange Zahngesundheit.

