

Fernweh statt Zahnweh

Warum sich ein Zahnarztbesuch vor dem Urlaub lohnt

Endlich ist es soweit – der Sommerurlaub steht an! Die Koffer werden gepackt und die Reisevorbereitungen laufen auf Hochtouren. Damit man die Ferien unbeschwert genießen kann, sollte eins aber nicht vergessen werden: vor Reiseantritt unbedingt die Zähne untersuchen lassen. Zahnschmerzen, Zahnfleischentzündungen oder herausgefallene Zahnfüllungen können jeden noch so schönen Urlaub verderben. Eine Kontrolluntersuchung beim Zahnarzt verhindert so manche böse Überraschung und sollte deshalb auf keiner Reisecheckliste fehlen.

Die schönsten Wochen des Jahres sollte man entspannt genießen können – ohne plötzlich auftretende Zahnschmerzen. Damit es nicht dazu kommt, empfehlen Experten eine zusätzliche Untersuchung vor Reisebeginn. „Man sollte sich mindestens vier Wochen vor dem Urlaub fachmännisch beraten und die Zähne kontrollieren lassen, damit noch genug Zeit bleibt für even-

tuelle Behandlungen“ rät Dr. Schmidt, Master of Science Implantology und ärztlicher Leiter der Zahnklinik Carree Dental in Köln-Brück (www.carreedental.de). Der Zahnarzt kann bei dieser Untersuchung Karies behandeln, Zahnstein entfernen und gegebenenfalls bereits vorhandene Füllungen erneuern. Auch Zahnprothesen oder kieferorthopädische Geräte können auf Sitz-

und Halt überprüft werden. Zusätzlich gibt der Zahnspezialist nützliche Pflege- und Notfalltipps für die Urlaubszeit. „Neben den üblichen Mundpflegemitteln wie Zahnbürste, Zahnpasta und Zahnseide sollten auch eine Mundspülung gegen Zahnfleisch-Entzündungen und ein leichtes Schmerzmittel nicht im Gepäck fehlen. Wenn Kinder dabei sind, kann eine Zahnrettungsbox bei Unfällen mit aufgeschlagenen Zähnen hilfreich sein. Erhältlich sind solche Boxen in allen deutschen Apotheken“, weiß Dr. Schmidt. Bei der Planung von sehr aktiven Urlauben mit starker sportlicher Betätigung kann im Vorfeld ein individueller Sportmundschutz vom Zahnarzt angefertigt werden.

Bei einem längeren Urlaub sollte man sich vorher bei seiner Krankenkasse über den Versicherungsschutz im Ausland informieren, um auch bei Zahn-Notfällen in anderen Ländern rundum abgesichert zu sein.

Mit diesen Tipps und der Hilfe eines guten Zahnarztes sollte die wohlverdiente Auszeit von Stress und Alltag ohne Zahnbeschwerden möglich sein.

„Um bösen Überraschungen vorzubeugen, sollte man vier Wochen vor dem geplanten Urlaub seine Zähne kontrollieren lassen. So steht der schönsten Zeit im Jahr nichts im Weg“, rät der Zahnexperte Dr. Jochen Schmidt, ärztlicher Leiter der Zahnklinik Carree Dental in Köln-Brück.

