

Das ABC gesunder, schöner Zähne

Teil 1



Text: Andreas Brenneke
Foto: Carree Dental

Warum helfen Aligner bei schiefen Zähnen? Welche Bleaching-Methode wirkt selbst bei hartnäckigen Nikotin-Verfärbungen? Woher haben Weisheitszähne ihren Namen? Dr. Jochen H. Schmidt, leitender Zahnarzt des Carree Dental in Köln, gibt Antworten auf diese und viele weitere Fragen und nennt das A und O perfekter Zahnpflege.

Aligner, Mini-Implantate, Oralscanner – neuartige Behandlungsmethoden, die noch vor kurzem Science Fiction waren, sind heute Standard in modernen Zahnarztpraxen. Dank High-Tech-Komfort sorgen sie dafür, dass wir auch morgen noch kraftvoll zubeißen und strahlend lächeln können. Ein Experte sagt, welche Vor- und Nachteile diese Innovationen haben und wie sie unsere tägliche Zahnpflege und –ästhetik optimieren können.

Aligner haben gegenüber herkömmlichen Zahnspangen einen klaren Vorteil: Ob schiefe Zähne oder Zahnlücken – diese modernen Korrekturhilfen (englisch: to align something = etwas begradigen)

sind dank ihrer Transparenz kaum erkennbar. Und steht ein wichtiges Meeting an, so lassen sich die Schienen – im Gegensatz zu festen Zahnspangen – für kurze Zeit einfach herausnehmen. Dies kommt auch der täglichen Mundhygiene zugute, da Zahnbürste und -seide wie gewohnt weiter benutzt werden können. Bei starken Fehlstellungen geht jedoch nach wie vor an herkömmlichen Methoden kein Weg vorbei.

All-on-4 heißt ein neues Behandlungskonzept für Menschen mit zahnlosem Unter- oder Oberkiefer. Der Vorteil: Bei dieser Methode werden alle fehlenden Zähne durch jeweils eine gaumenfreie Brücke ersetzt, die von nur vier Zahnim-

plantaten getragen wird. Möglich wird das durch die Neigung der hinteren Implantate von bis zu 45°.

Diese technische Raffinesse garantiert nicht nur eine sichere und stabile Verankerung des Zahnersatzes. Dadurch ist in der Regel auch ein zusätzlicher Knochenaufbau überflüssig. Ein weiterer Pluspunkt: Oft kann provisorischer Zahnersatz bereits nach dem chirurgischen Eingriff eingesetzt werden – Zahnlücken gehören damit schnell der Vergangenheit an.

Bleachings sind wahre Weißmacher. Das Geheimnis ist eine chemische Oxidation. Diese verändert die Farbpigmen-

te im Zahnschmelz so sehr, dass die Zähne anschließend hell und sauber wirken. Zur Wahl stehen verschiedene Methoden: Beim so genannten „Home-Bleaching“ fertigt der Zahnarzt eine Bleichschiene aus Kunststoff an. Gefüllt mit einem aufhellenden Gel, wird diese vom Patienten täglich einige Stunden zu Hause getragen.

Das Resultat: Spätestens nach ein bis zwei Wochen sind die Zähne im Allgemeinen um einige Töne heller. Beim „Power- oder In-Office-Bleaching“ verwendet der Zahnarzt Präparate in weitestgehend höherer Konzentration. Deshalb kommt dieses Verfahren, das übrigens selbst bei starken Verfärbungen durch Nikotingenuss oder schwarzen Tee wirkt, ausschließlich in der Zahnarztpraxis zum Einsatz. Die Aufhellung hält je nach Ernährungsgewohnheiten und Mundhygiene ein bis drei Jahre.

Cranio-Mandibuläre-

Dysfunktion (CMD) bezeichnet eine schmerzhaft Form- und Funktionsstörung des Kiefergelenks, die zu Rückenschmerzen, Schwindel, Tinnitus und weiteren Beschwerden führen kann. Der medizinische Hintergrund: Über Muskeln und Nerven ist der Kiefer mit der Wirbelsäule verbunden. Schon der Verlust eines einzigen Zahns oder eine Zahn-Fehlstellung können somit weit reichende Folgen für die gesamte Körperstatik und den menschlichen Organismus haben.

Ca. 10 Prozent der Deutschen leiden schätzungsweise unter einer CMD. Da es sich dabei um eine Wechselwirkung verschiedener Körperregionen handelt, ist nicht nur bei der Diagnose das interdisziplinäre Zusammenwirken von HNO-Ärzten, Internisten, Orthopäden, Physiotherapeuten und anderen Spezialisten empfehlenswert. Abhilfe bringen kann oft schon eine Aufbisschiene aus Kunststoff, die die Fehlstellung der Zähne ausgleicht und den Patienten auch vor Zähneknirschen schützt. Häufig ist parallel dazu Physiotherapie erforderlich, um Schmerzen im Rücken oder Nacken gezielt zu lindern.

Empfindliche Zähne entstehen, wenn sich das Zahnfleisch zurückzieht und Zahnhälse frei liegen. Betroffen sind insbesondere Menschen mit Parodontitis, also einer Zahnhalteapparatentzündung. Chemische oder thermische Reize haben es da leicht, über die Dentinkanälchen an den Zahnnerv zu gelangen. Mit Spezialzahnpasten und Zahnlösungen lassen sich offene Dentinkanälchen verschließen und Beschwerden erheblich lindern. Empfehlenswert sind zudem weiche Zahnbürsten sowie spezielle Zahnpasten, die nicht so sehr scheuern.

Apropos: Viele Patienten sind der Meinung, nur durch starkes „Schrubben“ lieben sich die Zähne gründlich reinigen.

Aber damit bewirken sie genau das Gegenteil: Das Zahnfleisch schwindet und das Zahnbein wird zusätzlich abgetragen, was wiederum offene Kanälchen zur Folge hat. Viel besser ist es, die Zähne sanft und kreisförmig zu putzen. Empfehlenswert ist deshalb eine elektrische Zahnbürste mit Druckkontrolle.

Implantate sind künstliche Zahnwurzeln, die meist aus Titan oder Keramik bestehen. Wie ein eigener Zahn fest im Knochen verankert, bieten sie darauf befestigten Kronen oder Brücken sicheren Halt. Ein weiterer Vorzug: Das Abschleifen gesunder Zähne ist überflüssig, da Implantate direkt im Kiefer und nicht an den Zahnwänden befestigt werden wie eine Brücke.

In der Regel bietet der Kieferknochen einer Zahnlücke genügend Substanz für ein Implantat mit Keramik-Aufbau. Andernfalls lässt sich der fehlende Knochen mit künstlichen Ersatzmaterialien und/oder körpereigenem Gewebe aufbauen. Bei Diabetes, Leukämie, Herzerkrankungen oder schweren Störungen des Immunsystems sollte eine Implantation nur nach Rücksprache mit dem Hausarzt vorgenommen werden.

Karies-Infiltration begeistert nicht nur Angst-Patienten. Denn bei dieser Methode bekämpfen Zahnärzte beginnende Karies nicht mehr mit einem Bohrer, sondern völlig schmerzfrei mit einem Kunststoff-Gel. Im ersten Schritt wird die kariöse Stelle mit einem speziellen Ätzelgelaufgeraut. Anschließend trägt der Zahnarzt mit Hilfe dünner Folien ein farbloses Kunststoff-Gel auf.

Dieses dringt in die Karies ein, füllt die poröse Schmelzschicht von innen auf (= infiltrieren) und versiegelt den Zahn. Schädliche Säuren können nicht mehr eindringen. Ein weiterer Vorteil: Es muss keine gesunde Zahnschicht mehr vernichtet werden wie beim Bohren. Der Nachteil: Dieses Verfahren eignet sich nur im Anfangsstadium einer Karies. Ist diese weit fortgeschritten, so geht am Bohrer nach wie vor kein Weg vorbei.

Lachgas erleichtert vor allem Kindern und Angstpatienten den Zahnarztbesuch. Über eine Nasenmaske wird dem Patienten das beruhigende Gemisch aus Lachgas und Sauerstoff verabreicht. Das Ergebnis lässt nicht lange auf sich warten: Bereits nach einigen Atemzügen fühlt er sich locker und entspannt, wie in Trance. Als besonders positiv schätzen Befürworter die zeitlich begrenzte Wirkung: Schon ein paar Minuten nach der Behandlung ist vom Lachgas nichts mehr zu spüren und der Patient kann die Zahnarztpraxis mit klarem Kopf wieder verlassen. Nicht geeignet ist die Anwendung für Menschen mit stark eingeschränkter Nasenatmung und für Kinder unter drei Jahren.

Stadtmagazin
für Sport & Gesundheit



Gerne übersenden wir
Ihnen unsere Mediadaten!

Tel.: 0221 6161267 oder
info@lossjonn-koeln.de

Loss Jonn
in Köln