

GESUNDHEIT

● MEDIZIN ● PSYCHOLOGIE ● ERNÄHRUNG

Glücklich mit schönen Zähnen

Wenn Sie auch von einem Lächeln wie ein Hollywoodstar träumen: Die **MODERNE ZAHNHEILKUNDE** bietet für alle Probleme Lösungen. Von Spangen über Veneers bis zu festsetzenden Prothesen auf Implantaten

Schöne gerade Zähne, ein makelloses Gebiss: Das macht sympathisch und attraktiv, strahlt Selbstsicherheit und einen gewissen Lebensstil aus. Die moderne Zahnmedizin ist ein boomender Markt – mit vielfältigen Möglichkeiten, um Ihr Erscheinungsbild zu optimieren. Die Hollywood-Tricks der ästhetischen Zahnmedizin sind auch bei uns ein steigender Trend. FRAU IM SPIEGEL sprach mit Spezialisten.

Die ästhetischen Medizin „Zähne aufhellen, kleine Makel wie leichte Schiefstände, abgebrochene Zahnecken oder größere Zwischenräume zwischen den Schneidezähnen kaschieren – alles ist möglich“, sagt Dr. Dr. h. c. Ralf Luckey, zahnärztlicher Direktor und medizinischer Leiter der Implantatzahnklinik des DIG – Diagnostikzentrum für Implantologie und Gesichtsästhetik (www.implantatzentrum-hannover.de) Hannover. Gegen Verfärbungen, die sich mit der Zeit sowohl auf als auch im Zahn bilden, gibt es zwei Methoden. Beim „In-Office-Bleaching“ wird in der Praxis ein spezielles Bleichgel aufgetragen (etwa ab 100 Euro pro Sitzung, ein bis drei Sitzungen). Beim „Home-Bleaching“ fertigt der Zahnarzt individuelle Schienen für Ober- und Unterkiefer an. Der Patient nimmt sie samt Bleichmittel mit nach Hause und führt das Bleichen etwa zehn bis 14 Tage lang selbst durch, nach



Dr. Dr. h. c. Ralf Luckey, 44
Zahnärztlicher Direktor des DIG in Hannover

ärztlicher Anweisung. Dr. Luckey: „Vor jedem Bleaching beim Arzt sollte eine professionelle Zahnreinigung sein. Kronen oder Füllungen bleichen nicht mit, müssen danach ausgetauscht werden. Solche Aufhellungen sollten nicht mehrmals im Jahr erfolgen.“ Abgebrochene oder unterschiedlich große Zähne, Frontzahnlücken, unschöne Füllungen: Dann stellen Veneers wieder eine makellose Front her. Diese hauchdünnen Verblendschalen aus Keramik decken den sichtbaren Bereich so ab, dass selbst ein Experte es kaum erkennt. Um Veneers anzuleben, werden 0,5 bis 0,8 Millimeter von der Zahnoberfläche abgeschliffen. Bei guter Pflege halten Veneers 15 Jahre und länger. Preis etwa 250 bis 600 Euro pro Zahn. Auch bei Erwachsenen können Zähne mit →



Dr. Achim G. Nesselrath, 43
Fachzahnarzt für Kieferorthopädie in Ratingen

ZAHNSPANGEN: BITTE LÄCHELN

Hollywood-Schauspieler
Faye Dunaway, 67, und Tom Cruise, 46, im Jahr 2002, mit nahezu unsichtbarer Zahnsperre, so genannten Brackets



WISSENSWERT



++ **Küsse** sind gut für die Zähne: Dabei fließt vermehrt Speichel, der ein natürliches Schutzsystem für Zähne und Zahnfleisch darstellt und selbstreinigend wirkt. Ausreichender Speichelfluss verhindert Karies und Zahnfleischentzündungen

++ **Nach säurehaltigen Essen** und Trinken 60 Minuten lang die Zähne nicht putzen. Der Schmelz wird durch die Säure angegriffen und muss sich erst wieder festigen, sonst werden Partikelchen weggeputzt.



++ **Etwa 60 Prozent** aller Erwachsenen leiden laut Weltgesundheitsorganisation unter behandlungsbedürftigen Entzündungen des Zahnfleisches. Etwa 70 Prozent aller Zahnverluste bei Erwachsenen sind auf Parodontitis zurückzuführen, die chronische Entzündung des Zahnhalteapparates.

++ **Vom Zähneputzen** halten die Deutschen nicht allzu viel: Jeder verbraucht pro Jahr 340 Milliliter Zahnpasta – das Doppelte wäre nötig, um zweimal am Tag das Gebiss sauber zu machen.

++ **Zahnweh im Urlaub** ist gemein und ein Problem wegen der fremden Sprache. Der Sprachführer der Initiative proDente bietet Hilfe in sieben Sprachen. Kostenlos bestellen

Zähne säugen: Gründliche Sauberkeit und moderne Medizin machen es möglich

SCHÖNER LEBEN GESUNDHEIT

Spangen in Reih und Glied gebracht werden. Dr. Achim G. Nesselrath, Ratinger Fachzahnarzt für Kieferorthopädie: „Dafür ist es niemals zu spät, so lange die Zähne noch fest genug im Kiefer sitzen.“ Die neuen Modelle erlauben sehr persönliche Lösungen. Bei der Lingualtechnik werden die Metallplättchen der Spange an die Innenseite der Zähne geklebt, durch einen Drahhbogen verbunden – von außen unsichtbar. Kosten dieser festsetzenden Zahnregulierung: 8000 bis 12 000 Euro. Auch äußerlich aufgebrachte Brackets aus Keramik gelten als unauffällig, gerade für Erwachsene. Sie sind zahfarben und durchsichtig, Drahtbögen ebenfalls in Zahnfarbe. Kosten zwischen 5000 und 7000 Euro.



Dr. Christoph Siwowski, 50
Ärztlicher Leiter der Zahnklinik Rhein-Ruhr

Brackets aus Gold, gut verträglich und sehr haltbar, können sowohl innen als auch außen montiert werden. Kosten zwischen 4500 bis 6500 Euro. Moderne Plättchen aus glasfaserverstärktem Kunststoff sind ebenfalls dezent, gelten jedoch als weniger belastend und haltbar. Kosten zwischen 4500 und 6500 Euro. Zu den jüngsten Modellen zählt die Invisalign-Schiene für Unter- und Oberkiefer. Herausnehmbar, aus transparentem Kunststoff, unauffällig. Ist nicht für alle Fehlstellungen geeignet und erfordert viel Mitarbeit des Patienten. Kosten zwischen 7000 bis 9000 Euro.

Was in den Mund kommt Irgendwann ist es bei den meisten Menschen so weit: Sie

IMPLANTAT Die künstliche Zahnwurzel, meist aus sehr verträglichem Titan, verwächst mit dem Kieferknochen. Nach einigen Monaten Einzelzeit wird der Zahnersatz darauf befestigt – perfekt



Kostengünstig: Labor der Bremer Firma dentaltrade in China

brauchen eine Füllung oder gleich einen Zahnersatz. Dr. Christoph Siwowski und Dr. Michael Weber, ärztliche Leiter der Zahnklinik Rhein-Ruhr (www.zahnklinik.rhein-ruhr.de) in Mülheim/Ruhr stellen sie vor. Statt der unschönen und gesundheitlich immer wieder umstrittenen Amalgamlegierungen werden neue attraktive Materialien eingesetzt. Das sind Komposite, die außer Kunststoff Füllstoffe wie Glas, Quarz oder Keramik enthalten. Sie gelten als ideal für den Frontzahnbereich, weil sie sich im Gebiss hervorragend anpassen. Goldinlays sind ein hochwertiger Zahnersatz – gut verträglich, lange haltbar. Ästhetisch optimal sind Keramikinlays – lichtdurchlässig, bioverträglich und stabilisierend. Bei umfangreichen Schäden helfen Kronen (Preis ab etwa 850 Euro) die angegriffene Substanz zu stabilisieren. Häufig sind es Goldkronen, bezugsfertig mit einer Keramikschicht überzogen. Bei Brücken (Preis ab etwa 1400 Euro) sorgen verblendete Metalllegierungen für ein schönes Bild und optima-

len Halt. Stark nachgefragt sind Implantate bei Patienten, die einen dauerhaften und ästhetisch perfekten Ersatz wünschen. Die künstlichen Zahnwurzeln (Preis ab etwa 2000 Euro pro Zahn) bestehen neben Titan oft aus Zirkonoxid. In der Zahnklinik Rhein-Ruhr profitieren die Patienten von einem neuen Implantatsystem. Damit werden komplett zahnlöse Unterkiefer in nur 30 Minuten repariert. Zu wesentlich geringeren Kosten als bei anderen Methoden, mit guter Verträglichkeit, und die Einheilphase erübrigt sich.



Dr. Michael Weber, 56
Ärztlicher Leiter der Zahnklinik Rhein-Ruhr

Zahnersatz aus dem Ausland Seit die Krankenkassen nur noch einen Festzuschuss bezahlen, ist Zahnersatz für viele Menschen ein riesiges finanzielles Problem. Zahnärzte mit günstiger Preisgestaltung sind deshalb im Vorteil – auch gegenüber dem zunehmenden Zahntourismus nach Polen, Bulgarien, Tschechien, Ungarn. Etwa rund 2800 Zahnärzte und 150 Dentallabore in Deutschland arbeiten mittlerweile mit dem Bremer Unternehmen dentaltrade (www.dentaltrade.de) zusammen.

Es lässt individuellen Zahnersatz in seinen Herstellerlaboren (vom Deutschen TÜV-Süd zertifiziert) in China und in der Türkei fertigen. Der Preisvorteil wird weitergegeben, so dass der Patient bis zu 85 Prozent der Zuzahlung einsparen kann, bei einer Regelversorgung sogar den kompletten Eigenanteil. Der Patient geht wie gewohnt zu seinem eigenen Zahnarzt. ++ **ROSE-MARIE IPPSCH**

ZU GEWINNEN

15 SETS FÜR DIE PFLEGE
Mundpflege im Griff: Zum „Tag der Zahngesundheit“ am 25. September verlost FRAU IM SPIEGEL 35 Mal dieses dreiteilige Set von Oral-B und blend-a-med: eine hochqualitative elektrische Zahnbürste zur Plaqueentfernung, eine blend-a-med complete Zahncreme und Zahnpolierpaste von Oral-B für die Reinigung der Zahnoberflächen. So können Sie gewinnen: Schicken Sie eine Postkarte an: FRAU IM SPIEGEL, Stichwort: Mundhygiene, Postfach 1364, 85733 Ismaning. Einsendeschluss: 30. September 2008. MITARBEITER DER IVEY CANADA CO. INC. UND DEREN ANGESCHLOSSENEN DÜRFEN NICHT TEILNEHMEN. DER RECHTSWEG IST AUSGESCHLOSSEN.



Produkte rund um die Zahnpflege

Superpraktisch Die Elektrozahnbürste Oral-B Triumph mit SmartGuide, einem extra Hightech-Display. Von Verbrauchern zum Produkt des Jahres 2008 gewählt.

Stoßzahn Chloroxyl-Dragees – der traditionelle Wirkstoff aus natürlichem Blattgrün neutralisiert Mundgeruch

Intensiv-Reinigung Für jeden Tag: Zahnpasta Odol-med3 mit medizinischem Dreifach-Effekt gegen Karies, Parodontose und Zahnstein

Für unterwegs Zahnpflege: zum Lutschen Wigley's Extra Drops mit Xylit-Füllung, zum Kauen Wigley's Extra Professional. Verschiedene Geschmäcker

Wie Zahnseide Die einzigartige Dr. Best Zwischenzahn-Bürste dringt mit ihrem innovativen Bürstendesign bis zu 50 Prozent tiefer in die schwer zu reinigenden Interdentalräume ein

Strahlend rein Die Whitening Mundspülung von Colgate soll Verfärbungen eliminieren und bis zu zwölf Stunden gegen Plaquebildung schützen

Bleaching Weiß Das neuartige klare Aufhellungs-Gel Perl Weiß soll die Zähne in sieben Tagen sichtbar weißer machen. Zweimal täglich anwenden

Extrascchutz Elmex Junior Zahnpasta, speziell für die Zeit des Zahnwechsels zwischen sechs und zwölf Jahren entwickelt. Schützt die bleibenden Zähne gegen Karies

