

SERIE

AUS SEINER SPRECHSTUNDE BERICHTET DIESE WOCHE:

Milan Michalides

Zahnarzt aus Stuhr bei Bremen

Was meine Patienten mich fragen

Gespräche mit dem Arzt sind sehr persönlich und vertraulich. In unserer Serie verraten Fachärzte uns, mit **welchen Sorgen und Problemen ihre Patienten und Patientinnen in die Praxis kommen**. Diese Woche spricht ein Zahnarzt über seine Erfahrungen

Zum Zahnarzt geht fast niemand gerne. Doch wer hier Vertrauen fasst, der kann Bohrer & Co. entspannter ertragen. Welche Fragen er mit seinen Patienten bespricht, erzählt uns der Zahnarzt Milan Michalides. **Ich habe Mundgeruch, woran kann es liegen?**

Mangelernährung oder schlecht sitzende Prothesen und einige Erkrankungen können Mundgeruch auslösen. Aber zu über 90 Prozent liegt es an einer nachlässigen Zahnpflege. **Wie ernst ist Zahnfleischbluten?**

Hören die Symptome nach einer Woche nicht auf, sollten Sie zum Zahnarzt. Es kann eine Zahnfleischentzündung vorliegen, die sich zu einer Parodontitis, also einer Entzündung des Zahnhalteapparates, entwickeln kann. Neben falscher Mundhygiene gelten Vitamin-C-Mangel, Diabetes, Schilddrüsenüberfunktion sowie bestimmte Medikamente als Auslöser.

Putz eine elektrische Zahnbürste wirklich besser? Bei der richtigen Anwendung ja, denn die kreisförmigen Bürstenköpfe schwingen etwa 9000 Mal pro Minute hin und her und die Vibrationen reichen bis in die Zahnzwischenräume.

Muss die teure professionelle Zahnreinigung wirklich sein? Meine Rente ist nicht sehr hoch. Schädliche Beläge, die Karies, Zahnfleischentzündungen oder

Schlimmeres hervorgerufen, werden durch die tägliche Mundhygiene nicht vollständig beseitigt. Von daher raten wir Ärzte zur jährlichen professionellen Zahnreinigung. Es lohnt sich, Sie können damit kostenintensive Folgeerkrankungen vermeiden.

Ich komme mit meinem Zahnersatz nicht gut zurecht. Kann ich noch Implantate setzen lassen?

Ja, selbst wenn nicht genügend Knochenmaterial vorhanden ist, besteht inzwischen die Möglichkeit, den Kiefer wieder aufzubauen und somit ein festes Fundament für Implantate zu schaffen. **Wie pflege ich die Dritten richtig?** Halten Sie es wie mit echten Zähnen. Bei Brücken oder Implantaten unterstützen Interdentalbürsten die Hygiene. Spezielle Sprudeltabletten entfernen bei herausnehmbaren Prothesen Bakterien über Nacht. Sie ersetzen aber nicht den täglichen Griff zur Zahnbürste. **Ich habe häufig Aphten, was kann ich dagegen tun?** Die kleinen milchig-gelben Flecken an der Mundschleimhaut

oder auf der Zungenspitze heilen immer nach wenigen Tagen von selbst aus. Sie sind nicht ansteckend und bedürfen keiner speziellen Behandlung. Gegen Schmerzen helfen betäubende Gels oder Salben. Eine effektive Therapie gegen Aphten gibt es derzeit nicht.

Was hilft gegen trockenen Mund? Unter Mundtrockenheit leiden öfter ältere Menschen, da fehlendes Durstempfinden die Schleimhäute

Säuren umwandeln und so den Zahnschmelz angreifen. **Ich bin Diabetikerin, muss ich bei der Zahnpflege etwas Besonderes beachten?**

Da Diabetes aufgrund von Durchblutungsstörungen auch das Zahnfleisch in Mitleidenschaft ziehen kann, sollten Sie sich viel Zeit für die Mundhygiene nehmen. Mindestens zweimal täglich mit fluoridhaltiger Zahnpasta und einmal wöchentlich mit hochdosiertem Fluoridgel putzen. Das härtet den Zahnschmelz, beugt Karies und Zahnfleischentzündungen vor.

Muss ich empfindliche Zähne hinnehmen?

Nein. Bei leichten Beschwerden können fluoridhaltige Zahnpasta und weichere Bürsten für Linderung sorgen. Der Zahnarzt kann schmerzempfindliche Stellen mit Fluoridlack oder dünnfließendem Kunststoff versiegeln.

Tritt keine Besserung ein, besteht die Möglichkeit, durch eine Zahnfüllung oder Krone Schmerzen zu beseitigen. Manchmal lassen sich die Schmerzkanäle mit einem

speziellen Laser verschließen.

Meine Zähne werden immer gelber...

Altersbedingte Zahnverfärbungen lassen sich leider nicht rückgängig machen. Im Laufe der Jahre nutzt sich der Zahnschmelz ab und das darunterliegende gelbe Dentin schimmert durch. Oberflächliche Verfärbungen durch Rotwein, Tee oder Nikotin kann der Zahnarzt mildern.



ZAHNSEIDE Die Anwendung der Putzhilfe für die Zahnzwischenräume am besten beim Zahnarzt erklären lassen

Mit Zahnseide zu hantieren, finde ich so umständlich.

Leider erreicht die Zahnbürste nur etwa ein Viertel des Mundraumes. Doch in den Zahnzwischenräumen versteckt sich eine ganze Menge Belag. Statt mit Zahnseide können Sie mit Mundspülungen und einer Interdentalbürste arbeiten.

Sollte ich Zahnfehlstellungen auch mit über

50 noch korrigieren lassen?

Das Gebiss lässt sich bis ins hohe Alter mit Maßnahmen aus der Kieferorthopädie oder mit Zahnersatz korrigieren. Gerade, gepflegte Zähne tragen nicht nur zu einem schöneren Lächeln bei, sie beeinflussen auch die Gesundheit des Körpers.

Ich habe Angst vorm Zahnarzt. Wissen Sie Rat?

Patienten fürchten sich aus unterschiedlichsten Gründen. Um die Angstspirale erfolgreich zu durchbrechen, helfen oft ausführliche Beratungsgespräche. Daneben bietet sich die Vollnarkose bei umfangreichen Eingriffen oder eine Lachgasbetäubung bei kleineren Behandlungen an.

Können meine Kopfschmerzen von den Zähnen kommen?

Ja, da zum Beispiel beim nächtlichen Knirschen große Kräfte auf den Kaumuskel einwirken. Aber auch Zahnfehlstellungen sowie schlecht sitzende Füllungen können zu einem Ungleichgewicht führen, sodass Schmerzen in den Kopf ausstrahlen.

Ich habe den Eindruck, dass meine Zähne immer länger werden.

Mit dem Alter zieht sich der Zahnfleischsaum zurück und lässt Zähne automatisch länger wirken.



UNSER EXPERTE: Milan Michalides. Der Zahnarzt aus Stuhr bei Bremen ist unter anderem Spezialist auf dem Gebiet der Implantologie. Zahnarztpraxis Michalides & Lang, www.zahnaerzte-stuhr.de



PUTZHILFE Elektrische Zahnbürsten reinigen sehr gründlich, doch muss man Zahn für Zahn einzeln damit bearbeiten



TRINKEN Flüssigkeitsmangel fördert Mundtrockenheit. Über den Tag verteilt viel trinken, möglichst zuckerfreie Getränke