



Im Oktober 2002 gründete Milan Michalides in Stuhr bei Bremen seine Praxis. Heute bilden auf 415 Quadratmetern unter anderem Oralchirurgie, Implantologie, Ästhetik, Kieferorthopädie, Kinderzahnheilkunde und die Behandlung von Angstpatienten die Schwerpunkte. Nach nur acht Jahren wuchs seine Praxis zur größten der Region und das Kompetenzzentrum erweiterte sich mit Dr. Eberhard Lang und Emanuela Michalides. 2010 komplettierte auch ein Anästhesist das Expertenteam und ermöglicht Zahnsanierungen von Kindern und Erwachsenen unter Vollnarkose. Seit Kurzem bietet die Praxis als erster Anwender in der Umgebung ihren Patienten die Lachgassedierung an und überbrückt damit die Versorgungslücke zwischen Lokalanästhesie und Vollnarkose. Besonders Kinder, ältere Menschen und Angstpatienten profitieren von dem sicheren und komplikationsarmen Verfahren. In anspruchsvollem Ambiente und entspannter Atmosphäre wird moderne Zahnheilkunde mit den neuesten technischen Möglichkeiten angeboten.



Drohen Zahnerkrankungen?

Welche Faktoren das Karies- oder Parodontitisrisiko erhöhen

Trotz vermeintlich gründlicher Zahnpflege leiden einige Menschen schneller an Karies oder Entzündungen im Mundraum als andere. „Neben typischen Fehlern bei der Reinigung spielen auch weitere Ursachen wie Ernährung oder Zahnfehlstellungen eine Rolle“, weiß Zahnarzt und Implantologe Milan Michalides, Gründer der Zahnarztpraxis Michalides & Lang in Stuhr bei Bremen.

Mit folgendem Test lässt sich das persönliche Risiko für Karies oder Parodontitis ermitteln. Pro Frage bitte nur eine Antwortmöglichkeit ankreuzen, es sei denn, es ist anders angegeben. Am Ende die Punkte zusammenzählen

1. Gehen Sie regelmäßig zur zahnärztlichen Kontrolluntersuchung?	
a. Ja, ein- bis zweimal pro Jahr.	3
b. Ich gehe seltener als einmal pro Jahr.	1
c. Nein, solange ich keine Probleme habe, gehe ich auch nicht zum Zahnarzt.	0
d. Ich habe große Angst vor einer möglichen Behandlung, deshalb gehe ich lieber gar nicht erst zum Zahnarzt.	0
2. Wie oft putzen Sie Ihre Zähne?	
a. Täglich morgens und abends.	3
b. Meistens einmal am Tag.	1
c. Unregelmäßig/gelegentlich.	0
3. Welche Hilfsmittel nutzen Sie abgesehen von einer herkömmlichen Zahnbürste regelmäßig zur Reinigung? (Mehrfachnennung möglich)	
a. elektrische Zahnbürste	3
b. Zahnseide	1
c. Interdentalbürsten	2
d. Zungenschaber	1
e. Mundspüllösungen	1
f. keine	0
4. Nehmen Sie regelmäßig Nahrungsmittel und Getränke mit hohem Zuckergehalt zu sich (z. B. Kuchen, Bonbons, Cola)?	
a. Ja, täglich.	0
b. Ab und zu.	1
c. Seltener.	3
5. Reagieren Ihre Zähne empfindlich auf heiße, kalte oder süße Speisen?	
a. Ja, immer.	0
b. Ja, manchmal.	1
c. Nein.	2
6. Rauchen Sie?	
a. Ja, regelmäßig.	0
b. Gelegentlich.	1
c. Nein.	3
7. Leiden Sie unter Zahnfleischbluten?	
a. Ja, bei der kleinsten Berührung blutet mein Zahnfleisch.	0
b. Beim Zähneputzen treten manchmal kleinere Blutungen auf.	1
c. Damit habe ich keine Probleme.	3
8. Hat sich Ihr Zahnfleisch bereits zurückgebildet?	
a. Ja.	0
b. Nein.	2
9. Weist Ihr Gebiss Fehlstellungen auf?	
a. Ja.	0
b. Nein.	1
10. Fühlt sich Ihr Mund zeitweise wie ausgetrocknet an?	
a. Ja, ich leide regelmäßig unter Mundtrockenheit.	0
b. Nur gelegentlich.	1
c. Nein, das Gefühl kenne ich nicht.	2

Punkte gesamt

Auswertung

30 - 19 Punkte

Ihr Risiko für Zahnerkrankungen erscheint relativ gering. Bedenken Sie dennoch, dass sich in einigen Fällen Bakterien an schwer erreichbaren Stellen ansiedeln können, die auf den ersten Blick nicht sichtbar sind und zunächst keine Beschwerden hervorrufen. Daher bleiben neben einer gründlichen Mundhygiene regelmäßige Kontrolluntersuchungen unerlässlich. Nur so lassen sich mögliche Infektionen bereits im Anfangsstadium behandeln.

18 - 9 Punkte

Zähne und Zahnfleisch erfordern bei Ihnen wahrscheinlich erhöhte Aufmerksamkeit. Um sich dauerhaft eines gesunden Mundraums zu erfreuen, sollten Sie einige Tipps beachten. „Warten Sie nach dem Essen etwa 30 Minuten bis zum Zähneputzen und nutzen Sie dafür eine weiche Bürste. Anderenfalls kann es zu Schädigungen am Zahnschmelz kommen, die zu erhöhter Sensibilität führen“, erklärt Milan Michalides. „Ergänzend empfehle ich ein- bis zweimal jährlich eine professionelle Zahnreinigung.“

8 - 0 Punkte

Die Ergebnisse zeigen ein stark erhöhtes Risiko für Karies oder Parodontitis. Vereinbaren Sie auf jeden Fall einen Termin beim Zahnarzt, um Risikofaktoren zu beheben oder bereits beginnende Erkrankungen zu behandeln. Wer den Termin aus Furcht hinauszögert, begibt sich oft in einen Teufelskreis: Die Beschwerden nehmen zu und damit einhergehend wächst auch die Angst. „Für Phobepatienten ist es wichtig zu wissen, dass beim ersten Termin lediglich die Untersuchung stattfindet und noch keine Instrumente zum Einsatz kommen“, ergänzt Milan Michalides. Mit diesem Wissen fällt der erste Schritt in die Praxis oft viel leichter.

Dieser Test ersetzt keinen Arztbesuch! Bei anhaltenden Beschwerden gilt es, einen Spezialisten aufzusuchen, der die Ursache abklärt und gegebenenfalls eine Behandlung einleitet.



**Zahnarztpraxis Michalides & Lang
Milan Michalides**

Jupiter Straße 1
28816 Stuhr
Tel.: +49 (0)421 5795252
Fax: +49 (0)421 5795255
info@zahnaerzte-stuhr.de
www.zahnaerzte-stuhr.de