

# Zahnjournal

INFORMATIONEN VON EXPERTEN RUND UM DAS THEMA ZÄHNE

*Wir machen die Zähne!*

**Stabil, fest, schön –  
Gesunde Zähne im Alter**

ZAHNTECHNISCHES MEISTERLABOR UND ZAHNARZT – GEMEINSAM  
VOR ORT FÜR EIN PERFEKTES ERGEBNIS!

# Liebe Leser!

Auch in dieser Ausgabe des Zahnjournals informieren die zahntechnischen Meisterbetriebe Ihrer Region über wichtige Themen zur Zahngesundheit. Dieses Mal steht das Thema: Zähne im Alter im Vordergrund – vom Zahnersatz über die typischen Beschwerden und Erkrankungen bis hin zur wirkungsvollen Vorsorge.

Zu Beginn äußert sich – wie immer an dieser Stelle – ein Experte aus Zahnmedizin oder Zahntechnik zu einem aktuellen Thema. Für diese Ausgabe konnten wir Prof. Dr. Ina Nitschke gewinnen. Sie leitet den Bereich Seniorenzahnmedizin am Universitätsklinikum Leipzig und erläutert in unserem Gespräch einige wichtige Aspekte einer »seniorenrechtlichen« Zahnmedizin.

Herausnehmbarer oder fester Zahnersatz, Implantate, Teil- oder Vollprothesen – besonders beleuchten wir in dieser Ausgabe die Möglichkeiten, fehlende Zähne bis hin zum ganzen Gebiss zu ersetzen. Die Auswahl für eine der vielfältigen Möglichkeiten wird dabei immer auch bestimmt von medizinischen Indikationen und persönlichen Vorstellungen des Patienten. Hier berät Sie Ihr behandelnder Zahnarzt in Zusammenarbeit mit dem Zahntechnikermeister umfassend und konkret.

In früheren Zeiten galt es als selbstverständlich, dass der alternde Mensch die eigenen Zähne verliert. Mittlerweile behalten – auch dank der guten Prophylaxe – viele Seniorinnen und Senioren bis ins hohe Alter alle oder zumindest einige eigene Zähne. Dennoch nimmt mit den Jahren die Häufigkeit zu, unter bestimmten Beschwerden und Erkrankungen wie Zahnhalskaries oder Mundtrockenheit zu leiden. In dieser Ausgabe erläutern wir Ihnen, was Sie konkret dagegen tun können. Darüber hinaus erhalten Sie wertvolle Tipps und Informationen zur zahngesunden Ernährung in Ihrem Alltag. Nicht zuletzt widmen wir uns einem Thema, das in vielen Pflegeheimen brandaktuell ist. Wem gehört die Prothese? – Eine Gravur, die ein zahntechnisches Labor für Sie oder Ihren pflegebedürftigen Angehörigen ausführt, erleichtert die Zuordnung.

Wie immer finden Sie auch in dieser Ausgabe Ihr zahntechnisches Meisterlabor vor Ort mit allen Kontaktdaten, die Sie brauchen.

Viel Spaß beim Lesen wünscht Ihnen  
Ihr Klaus Bartsch



*Wir machen die Zähne!*



Klaus Bartsch,  
Zahntechnikermeister  
und Obermeister der **ZIK**  
Zahntechniker-Innung Köln

## Die Themen im Überblick

### Expertenmeinung

Prof. Dr. Ina Nitschke im Gespräch zum Thema Seniorenzahnmedizin

### Fester Halt statt Haftcreme –

Totale Prothesen in überzeugender Qualität

### Mehr Tragekomfort und maximale Ästhetik –

Fester Halt auf vier Implantaten

### Wir sind auch in Ihrer Nähe –

Ihren Zahntechnikermeister vor Ort finden

### Fast so komfortabel wie festsitzender Zahnersatz –

Die »German Crown« als verlässliche Teilprothese

### Wem gehört die Prothese?

Eine Gravur erleichtert die Zuordnung

### Gesunde Zähne bis ins hohe Alter

Was Sie gegen typische Beschwerden und Erkrankungen tun können

### Zahngesunde Ernährung

Tipps für Ihren Alltag

## Impressum

Verantwortlich im Sinne des Presserechtes: Klaus Bartsch

Redaktion: Christine Braun, Alexander Bannas,

Thomas Bartsch, Gerhard Fallenstein, Detlev Morbach,

Joachim Rappard, Hans-Gerd Hebinck

boni-DENT Marketing GmbH

Wirtschaftsgesellschaft der Zahntechniker-Innung Köln

Hauptstraße 39

50859 Köln-Widdersdorf

Tel. 0221-503044

Auflage: 150.000 Stück

Gestaltung: Godt und Hebinck, [www.godt-hebinck.de](http://www.godt-hebinck.de)

Titelbild: Peter Atkins – fotolia.com

## Expertenmeinung

### Prof. Dr. Ina Nitschke im Gespräch zum Thema Seniorenzahnmedizin



Prof. Dr. Ina Nitschke,  
Präsidentin der  
Deutschen Gesellschaft  
für AlterszahnMedizin

**Zahnjournal:** Frau Prof. Dr. Nitschke, Sie sind Leiterin des Bereiches Seniorenzahnmedizin am Universitätsklinikum Leipzig. Wie wichtig ist die Mundgesundheit für den älteren Menschen?

**Prof. Dr. Nitschke:** Die Mundgesundheit beeinflusst, wie bei jüngeren Generationen auch, die allgemeine Lebensqualität entscheidend.

Zwischen der Zahngesundheit und der allgemeinen Gesundheit bestehen direkte Zusammenhänge oder auch Wechselwirkungen. Gut deutlich wird das z. B. an einem Diabetes mellitus: Ist dieser schlecht eingestellt, kann sich das negativ auf die parodontale Gesundheit auswirken. Gleiches gilt für eine schlechte Mundhygiene. Wer seine Zähne bzw. seinen Zahnersatz nur unzureichend pflegt, erhöht nachweislich das Risiko einer Pneumonie, also einer Lungenentzündung.

Ein gut ausgebildetes Team in der Zahnarztpraxis weiß natürlich um diese Zusammenhänge.

**Zahnjournal:** Angesichts des demographischen Wandels wird ja der Begriff »seniorengerecht« oft gebraucht. Wie sieht denn für Sie die »seniorengerechte« Zahnarztpraxis aus?

**Prof. Dr. Nitschke:** Das zahnärztliche Praxisteam sollte geschult sein, damit alle einfühlsam mit älteren Menschen umgehen können. Hier gibt es spezielle Fortbildungen in Seniorenzahnmedizin für den Zahnarzt, diese sind eine gute Grundlage. In Teamkursen kann sich auch das zahnmedizinische Fachpersonal fortbilden.

**Zahnjournal:** Neben Fortbildung ist die Ausstattung der Praxis ein wichtiger Punkt: Wann sind die Räumlichkeiten einer Praxis »seniorengerecht«?

**Prof. Dr. Nitschke:** Ganz klar muss der Wohlfühlfaktor einer Praxis beachtet werden. Der Besuch in der Praxis sollte für den Senioren so angenehm wie möglich gemacht werden. Das gilt z. B. für die Gestaltung des

Wartebereichs. Natürlich wären barrierefreie Zugänge zu allen Räumen einschließlich der Toiletten gut, aber nicht immer machbar.

**Zahnjournal:** Barrierefreiheit ist ja oft das Stichwort, wenn es um Senioren geht.

**Prof. Dr. Nitschke:** Das stimmt. Überhaupt ist die gesamte Infrastruktur, um die Praxis zu erreichen, wichtig, also: Verkehrsanbindung, Parkmöglichkeit, barrierefreier Zugang, Aufzug, eine verständliche Beschilderung. Wie bei jedem anderen sollte auch im Alter der Zahnarztbesuch für betagte und hochbetagte Menschen selbstverständlich sein. Das gelingt aber nur, wenn die Zahnarztpraxis gut zu erreichen ist und der Zahnarzt seine Patienten dabei unterstützt, zum Beispiel Kontrolltermine einzuhalten.

**Zahnjournal:** Welche Fortschritte der letzten Jahre in der Zahnmedizin dienen Senioren besonders?

**Prof. Dr. Nitschke:** Die gute Prophylaxe zeigt Wirkung. Heute verfügen mehr ältere Menschen bis ins hohe Alter über viele eigene Zähne, die – bei engmaschiger Kontrolle – erhalten werden können. Fehlende Zähne können durch Implantate ersetzt werden, das erhält die Kaufähigkeit und die Ästhetik. Im Zuge der vielbesprochenen »Überalterung« gibt es dabei natürlich auch einiges zu bedenken: Je später der Patient auf abnehmbaren Zahnersatz umsteigt, desto schwieriger kann sich die Gewöhnung an den »fremden« Zahnersatz gestalten. Und auch die nötige Nachsorge muss geregelt werden. Denn wer versorgt den festsitzenden und teilweise auch implantatgetragenen Zahnersatz, wenn es der Senior mit zunehmender Gebrechlichkeit nicht mehr kann?

**Zahnjournal:** Aus Ihrem Hinweis ergibt sich eine weitere Frage, die viele Experten inzwischen beschäftigt: Was muss die Zahnmedizin bei Pflegebedürftigen leisten?

**Prof. Dr. Nitschke:** Pflegebedürftige – ob ambulant oder stationär – sollten auf jeden Fall regelmäßig eine zahnmedizinische Versorgung erhalten. Gerade präventive Leistungen sollten für diese Patienten im zahnmedizinischen Leistungskatalog der gesetzlichen Krankenkasse verankert sein. Allerdings würde dies einer gesetzlichen Regelung im SGB V bedürfen.

**Zahnjournal:** Sollte das nicht auch für alle Maßnahmen zur Prophylaxe gelten?

**Prof. Dr. Nitschke:** Die zahnmedizinische Prävention ist der Grundstein des Zahnerhalts. Das gilt vom Kleinkind bis zum älteren, eingeschränkten Menschen. Ohne Prophylaxe-Maßnahmen leiden Mundgesundheit und damit verbunden mittel- oder langfristig Lebensqualität! Kurz gesagt: Prophylaxe ist sehr wichtig!

**Zahnjournal:** Frau Prof. Dr. Nitschke, wir danken Ihnen für dieses Gespräch.

# Fester Halt statt Haftcreme – Totale Prothesen in überzeugender Qualität

Was tun, wenn der Kiefer zahnlos ist bzw. die noch vorhandenen Zähne nicht mehr erhaltenswert sind? Stellt der Zahnarzt fest, dass es sich um eine normale Situation im Kiefer handelt, kommt eine Totalprothese in Frage, die herausnehmbar ist und Funktion und Ästhetik wiederherstellt – eine gute Lösung, die verlässlich funktioniert, wenn sie gut gemacht ist. Als Daten stehen dafür lediglich die unbezahnten Kieferabdrücke des Patienten sowie Bisschablonen zur Verfügung. Zusätzlich können ein Stützstiftregistrat und der Gesichtsbogen aussagekräftige Daten liefern.

## TIF® liefert Daten zur Planung

Die Modellanalyse in der Totalprothetik nach Prof. Gerber hat sich als wirkungsvolle Planungsmethode erwiesen. Der Zahntechniker Karl-Heinz Körholz aus Königswinter entwickelte dazu ein Konzept zur Totalprothetik in Funktion (kurz: TIF®), das heute in der Aus- und Fortbildung von Zahntechnikern einen entscheidenden Platz einnimmt.



Foto: Karl-Heinz Körholz

*Diese Patientin ist mit ihrer Zahnprothese sehr zufrieden.*

Der Vorteil der Methode liegt in seiner Einfachheit, auch was den Einsatz von Hilfsmitteln oder Geräten angeht. Der Zahntechniker braucht neben dem Artikulator, in den das Modell des Kiefers zur Kausimulation eingespannt wird, einfache Hilfsmittel wie Farbstifte, Zirkel, Geodreieck oder Winkelschablone.

## Modellanalyse als erster Schritt

Die Modellanalyse ermittelt die vormalige Position der Zähne sowie die Ersatzzahnposition und weist außerdem die Bereiche aus, die sich mit dem Prothesenlager gut belasten lassen. Alle Maße zur Grundstatik inklusive der Korrekturen von Außen- und Innenbereichen werden auf dem Modell markiert – jeweils in einer eigenen Farbe. Anhand dieser Daten wird die ide-

## Pflegetipp 1

### Herausnehmbarer Zahnersatz

Verwenden Sie zur Reinigung eine Prothesenzahnbürste sowie eine Gelzahnpaste. Nach jeder Mahlzeit sollten Sie auch die Prothese unter fließendem Wasser säubern.

Reinigen Sie die Mundschleimhaut, die von der Prothese bedeckt ist, sowie den Zungenrücken. Verwenden Sie dazu eine weiche Zahnbürste. So fördern Sie die Durchblutung der Schleimhaut und beugen Entzündungen vor.

ale Aufstelllinie für den späteren Zahnersatz ermittelt. Dieser planerische Arbeitsschritt stellt die Weichen für den Erfolg der gesamten prothetischen Arbeit und das korrekte Funktionieren im Munde des Patienten.

## Stützstiftregistrat und Gesichtsbogen

Nach der Modellanalyse nimmt der Zahntechniker die systematische Zahnaufstellung vor. Dabei wird die Position des einzelnen Zahns in allen drei Dimensionen festgelegt und anschließend kontrolliert. Gerade wenn alle Zähne ersetzt werden müssen, ist es sinnvoll, eine zusätzliche eingehende Untersuchung des Kausystems vorzunehmen. Denn stimmt das Verhältnis von Unter- und Oberkiefer nicht, wirkt sich dies oft schädlich auf die Gelenke aus. Die Folge: Es kommt zu andauernden Beeinträchtigungen und Schmerzen. Als diagnostische Mittel bieten sich der Gesichtsbogen und das Stützstiftregistrat an. Beide Methoden liefern Untersuchungsergebnisse, mit deren Hilfe Zahnersatz so konstruiert wird, dass das Gesamtsystem im Kiefer in Balance bleibt.

## Beste Qualität aus dem Meisterlabor vor Ort

Bei der Versorgung des zahnlosen Kiefers mit einer herausnehmbaren Totalprothese bietet das zahntechnische Meisterlabor den Patienten viele Fachbetriebsvorteile – dank moderner technischer Ausrüstung und bestens ausgebildeten Mitarbeitern. Die individuelle Aufstellung, die Farbauswahl und die typgerechte Zahnfleischgestaltung sorgen dafür, dass der Patient einen zu ihm passenden Zahnersatz erhält. Das typische »Prothesengesicht«, das viele aus den Anfängen der Totalprothetik kennen, gehört also der Vergangenheit an.

Darüber hinaus werden hochwertige Kunststoffe verwendet, die lange funktionieren und natürlich aussehen. Inzwischen gibt es für Allergiker auch allergiefreie Kunststoffe, die das Tragen einer Totalprothese verträglich und möglich machen.

# Mehr Tragekomfort und maximale Ästhetik –

## Fester Halt auf vier Implantaten

Gesunde Zähne bedeuten Lebensqualität – beim Essen und Sprechen, in sozialen Kontakten. Im Laufe eines langen Lebens sorgen jedoch Parodontitis, Karies oder auch Zahnunfälle für Zahnverluste. Vorbei sind die Zeiten, in denen eine herausnehmbare Teil- oder Totalprothese die einzige Versorgungslösung bot.

Um die Lücken zu schließen, stehen der Zahnmedizin und Zahntechnik heute mit implantatgetragendem Zahnersatz vielfältige Möglichkeiten zur Verfügung – von der Einzelzahnücke bis hin zur kompletten, fest-sitzenden Prothese. Dabei kann im Dentallabor der Zahnersatz den individuellen Bedürfnissen des Patienten angepasst werden.

### Implantate sind künstliche Zahnwurzeln

Das Implantat wirkt dabei wie eine künstliche Zahnwurzel, die während eines chirurgischen Eingriffs in den Kieferknochen eingebracht wird. Anschließend wird nach einer Einheilphase die so genannte Suprakonstruktion aufgesetzt, die aus einem Pfosten und der sichtbaren Zahnkrone besteht. Inzwischen ist die Implantologie eine über die Jahre bewährte, etablierte Versorgungsform, die wirtschaftlich anzuwenden und damit für den Patienten finanzierbar ist. Auch bei schwierigen Ausgangssituationen kann erfolgreich implantiert werden.

### Feste Zähne auf vier Implantaten

Helga Kaiser\* ist komplett zahnlos. Eine herausnehmbare Vollprothese kommt für die Seniorin jedoch nicht in Frage. Ihr Zahnarzt beruhigt sie, schließlich bietet die Implantologie für den komplett zahnlosen Kiefer mittlerweile optimale Versorgungsmöglichkeiten: Dabei halten lediglich vier Implantate eine komplette fest-sitzende Prothese. Der chirurgische und preisliche Aufwand für diese Versorgung mit einer vollständigen Brücke im zahnlosen Kiefer bleibt dank modernster Technik für Helga Kaiser überschaubar.

Nach dem chirurgischen Eingriff, bei dem vier Implantate je Kiefer gesetzt werden, ist die Patientin zu keinem Zeitpunkt zahnlos. In der Einheilphase übernimmt ein Provisorium die Versorgung, danach werden die Brücken in Ober- und Unterkiefer fest verschraubt. Helga Kaiser ist begeistert, denn die neuen Zähne fühlen sich bereits nach kurzer Zeit wie ihre eigenen an.

### Versorgung mit vielen Vorteilen

So wie Helga Kaiser geht es vielen Menschen, die auf der Suche nach einer verträglichen und effektiven Versorgung ihres zahnlosen Kiefers sind. Kein Wunder, dass diese minimalinvasive Chirurgie mit maximaler



Zeichnung: Nobel Biocare

Das Prinzip »All-on-4«.

Versorgung von vielen Patienten gewählt wird, bietet sie doch viele überzeugende Vorteile:

- das Gefühl eigener, fester Zähne
- wirtschaftliche, minimalinvasive Versorgung
- Sofortversorgung mit Provisorium
- zu keinem Zeitpunkt zahnlos
- fest verschraubte Brücke für fest-sitzenden Zahnersatz
- preislich attraktiv

Egal, ob als Einzelimplantat oder Pfeilerzahn für umfangreiche fest-sitzende Brücken – die optimale Qualität des Zahnersatzes und die Haltbarkeit der Implantate hängen nach Abschluss der Behandlung entscheidend vom Patienten ab. Auch Helga Kaiser wurde im Nachgespräch darauf eindringlich von ihrem Zahnarzt hingewiesen. Sie kommt zweimal jährlich zur Kontrolluntersuchung in die Praxis. Und selbstverständlich gehören zu ihrem täglichen Pflegeprogramm die gründliche Mundhygiene und eine zahn-gesunde Ernährung.

\*Der Name wurde von der Redaktion geändert.

### Pflegetipp 2

#### Implantatgetragener Zahnersatz

Bei der Pflege von Implantaten leisten Ihnen Zahnseide, Zahnzwischenraumbürsten und ein spezielles Floss (eine Zahnseide mit flauschigem Abschnitt) gute Dienste. Besondere Aufmerksamkeit verdient der Zahnfleischrand, an dem Bakterien eindringen und zu einer Entzündung führen können.

Die regelmäßige professionelle Zahnreinigung (PZR) in der Zahnarztpraxis unterstützt die häusliche Zahnersatzpflege.

# Fast so komfortabel wie festsitzender Zahnersatz – Die »German Crown« als verlässliche Teilprothese



Fotos: Detlev Morbach, Brühl  
Auf dem Modell: Vollständig abgedeckte Innenkrone als Halteelement, die die herausnehmbare, ästhetisch anspruchsvolle Teilprothese hält.

Unter dem Namen »German Crown« ist die **Teleskopkrone** als Kombinationsprothetik aus herausnehmbarem und festsitzendem Zahnersatz international bekannt und geschätzt. Sie kommt zum Einsatz, wenn eine festsitzende Versorgung nicht oder nur sehr eingeschränkt möglich ist. Damit stellt diese herausnehmbare Lösung mit festem Sitz eine gute Alternative zu einer Versorgung mit Implantaten dar. Für die Ausgestaltung dieser anspruchsvollen zahntechnischen Arbeit sind die Zahntechniker im deutschen Meisterlabor ausgebildet.

## »German Crown« – Versorgung mit vielen Vorteilen

Klaus Meier\* hat sich nach zahnärztlicher Beratung für eine Teleskopkrone entschieden. Einige Punkte spielen für ihn bei der Auswahl eine wichtige Rolle:

- **Tragekomfort:** Klaus Meier wünscht sich einen Zahnersatz, der sich nahezu so gut anfühlt und trägt, als sei er festsitzend. Dazu gehört für ihn auch, dass die Versorgung Tag und Nacht tragbar ist. Die gute Haltekraft und der präzise Sitz werden bei der Teleskopkrone von der hydraulischen Haftung gewährleistet.
- **Reinigung:** Da Klaus Meier weiß, wie wichtig die gründliche Pflege einer Prothese ist, kommt es ihm ebenso auf die guten Reinigungsmöglichkeiten an. Zur täglichen Reinigung kann er den aufsetzbaren Teil der Prothese einfach herausnehmen.
- **Erweiterbarkeit und Haltbarkeit:** Noch hat Klaus Meier einige eigene Zähne. Wichtig ist ihm, dass er auch nach dem Verlust weiterer Zähne die Prothese tragen kann – mit einer »German Crown« ist das möglich. Der Verlust weiterer Zähne kann aufgefangen werden, die Versorgung lässt sich bis hin zur Totalprothese erweitern. Die lange Haltbarkeit ist für Klaus Meier ein zusätzlicher Pluspunkt.

## »German Crown« funktioniert wie ein Teleskop

Bei der Versorgung mit einer Teleskopkrone kommt es von der Planung über die Herstellung bis zur Anpassung an den individuellen Kiefer auf die verlässliche Zusammenarbeit von Zahnarzt und Zahntechniker vor Ort an.

Eine »German Crown« eignet sich für Kiefer, die nicht völlig zahnlos sind. Wie bei Klaus Meier, der noch einige eigene Zähne hat. Diese dienen als Pfeiler für die Prothese. Grundsätzlich gilt: Je mehr Zähne vorhanden sind, desto stabiler und verlässlicher lässt sich eine solche Prothese tragen. Schon ein Restzahnbestand von nur einem Zahn reicht aus. Auch könnten Implantate zur Stabilisierung der Prothese gesetzt werden.

Die Teleskopkrone, auch Doppelkrone genannt, wird im Dentallabor vor Ort hergestellt. Sie besteht aus zwei Teilen: Die so genannte Primärkrone (Innenteleskop) wird aus Metall bzw. Zirkonoxid gefertigt und fest auf dem präparierten Pfeilerzahn zementiert. Die herausnehmbare Sekundärkrone (Außenteleskop) trägt den eigentlichen Zahnersatz. Wird diese eingesetzt, gleiten die beiden Teile nahezu störungsfrei ineinander – wie die Glieder eines Teleskopstabs, von dem diese Versorgungsform den Namen entlehnte. Klaus Meier merkt schon bei der ersten Probe: Dank der präzisen Passgenauigkeit bleibt die Reibung minimal; dies sorgt für einen angenehmen und sicheren Tragekomfort.

\*Der Name wurde von der Redaktion geändert.

### Pflegertipp 3 Teleskopkronen

Reinigen Sie Ihre natürlichen Zähne und den festsitzenden Zahnersatz mindestens zweimal täglich mit Zahnbürste und Zahnpasta. Nach jedem Essen sollten Sie den herausnehmbaren Teil unter fließendem Wasser abspülen.

Ansonsten reinigen Sie die herausnehmbare Sekundärkrone z. B. mit speziellen Prothesenzahnbürsten, die auch schwer zugängliche Stellen erreichen. Verwenden Sie dazu eine Gelzahnpaste und spezielle Zahnpasta für Prothesen. Beachten Sie bei der Reinigung besonders die Flächen, die auf dem Gaumen und dem Zahnfleischkamm aufliegen.

Die regelmäßige Kontrolle Ihrer Teleskopkronen in der Zahnarztpraxis sorgt für perfekten Sitz und lange Haltbarkeit.

# Wem gehört die Prothese?

## Eine Gravur erleichtert die Zuordnung

Die sorgfältige tägliche Mundhygiene erhält unsere Mundgesundheit. Wird sie nur unzureichend ausgeführt, kann sich dies negativ auf den allgemeinen Gesundheitszustand auswirken. Dieser Anspruch wird zur Herausforderung, wenn es um die wirkungsvolle Mundhygiene bei Pflegebedürftigen in einem Pflegeheim oder während der häuslichen Pflege geht. Oft fehlen hier die personellen und zeitlichen Ressourcen.

Was für die eigenen Zähne gilt, gilt natürlich gerade für die gründliche Pflege von abnehmbarem Zahnersatz, denn hier vermehren sich schädliche Bakterien besonders gut. Auch hier ist der Pflegebedürftige in den meisten Fällen auf die Unterstützung durch Dritte angewiesen. Gerade bei herausnehmbaren Teil- oder Vollprothesen ergibt sich ein spezielles Problem: Übernimmt die Reinigung eine Pflegekraft oder wird die Prothese zur professionellen Zahnreinigung weggegeben, besteht die Gefahr einer Verwechslung im Krankenhaus oder Seniorenstift. Nicht immer ist der Pflegebedürftige in der Lage, diese Verwechslung zu erkennen oder anzuzeigen.

Hier bieten Dentallabore einen bewährten Service, die so genannte Namenskennzeichnung. Bei dieser spe-

ziellen Beschriftungsmethode wird der Name des Prothesenträgers auf einen Kunststoffstreifen gedruckt, anschließend wird dieser auf der Gaumenseite der Prothese eingelassen. Da die betreffende Stelle sorgfältig mit einem Prothesenkunststoff verschlossen wird, bleibt die Oberfläche der Prothese so nahtlos glatt wie zuvor.



Die Namenskennzeichnung vermeidet Verwechslungen.

Die Namenskennzeichnung vermeidet wirkungsvoll die Verwechslung von Zahnprothesen. Darüber hinaus ist das Verfahren nicht sehr teuer. Der richtige Ansprechpartner für den Pflegebedürftigen oder seine Angehörigen ist der behandelnde Zahnarzt, der die Namenskennzeichnung im Dentallabor veranlasst.

**Gibt es eine Krankenkasse, die uns immer einen Grund zum Strahlen bietet?**



Sichern Sie sich jährlich bis zu 50€ für eine professionelle Zahnreinigung mit dem IKK Bonusprogramm.



Weitere Informationen unter unserer kostenlosen IKK-Servicehotline: 0800 455 1111. Oder auf [www.ikk-classic.de](http://www.ikk-classic.de)

**IKK classic**  
Unser Handwerk. Ihre Gesundheit.

**Jetzt wechseln!**

# Gesunde Zähne bis ins hohe Alter

## Was Sie gegen typische Beschwerden und Erkrankungen tun können

Die Zähne schmerzen, die Prothese drückt, Entzündungen am Zahnfleisch breiten sich aus. – Beschwerden und Erkrankungen, die unsere Zähne betreffen, nehmen im Alter zu. Dabei stimmt die alte Auffassung, dass Zähne über kurz oder lang ausfallen, nicht mehr. Im Gegenteil: Viele Senioren behalten zumindest einen Teil ihrer eigenen Zähne.

Umso wichtiger sind die gute Pflege und regelmäßige Prophylaxe. Schließlich tragen die eigenen gesunden Zähne oder der gut gepflegte Zahnersatz wesentlich zur Lebensqualität bei. Wichtige Funktionen wie Kauen oder Sprechen bleiben optimal erhalten. Auch das ansprechende Aussehen spielt eine Rolle – gut für Wohlbefinden und Selbstwertgefühl.

Treten Probleme mit den Zähnen oder im Mundbereich auf, steht der Gang zum Zahnarzt an. Dieser stellt eine Diagnose und plant die Therapie, damit die Mundgesundheit schnell wiederhergestellt wird.

### Diagnose: Parodontitis

Heiner Grothe\* fällt schon seit einiger Zeit bei der täglichen Zahnpflege auf, dass sein Zahnfleisch blutet. Leicht geschwollen ist es auch. Sein Zahnarzt diagnostiziert Parodontitis, eine Entzündung des Zahnbettes. Diese entsteht, wenn sich bakterielle Beläge zwischen Zahn und Zahnfleisch ansiedeln. Die so genannte Plaque ist verantwortlich für den Gewebeabbau im Umfeld des Zahns. Im schlimmsten Fall droht hier der Zahnverlust. Auch andere Gefährdungen können einer unbehandelten Parodontitis folgen. Diese steigert das Risiko beispielsweise für Schlaganfall und Herzinfarkt oder sorgt für eine Verschlechterung des Zustands bei Diabetes. Gut für Heiner Grothe: Moderne Therapieverfahren sorgen für nachhaltige Erfolge bei der Parodontalbehandlung.

### Diagnose: Mundtrockenheit

Marlies Walter\* leidet unter Mundtrockenheit mit Schluck- und Kaubeschwerden. Ihr Zahnarzt fragt nach der Einnahme von Medikamenten wie beispielsweise Mittel zur Behandlung von Bluthochdruck, denn diese sind oft Auslöser für einen verringerten Speichelfluss. Auch möchte er wissen, wie viel die Seniorin den Tag über trinkt, denn ab dem mittleren Lebensalter nimmt die Speichelproduktion beim Menschen ab. Damit Zähne und Zahnfleisch gesund bleiben, ist Speichel notwendig. Speichel unterstützt die Selbstreinigung der Zähne, wirkt antibakteriell und neutralisiert Säuren, die den Zahn schädigen. Darüber hinaus gleicht er Mineralverluste im Zahnschmelz aus. Viele gute Gründe also, ausreichend Flüssigkeit zu sich zu nehmen. Marlies Wagner nimmt sich vor, täglich mindestens zwei Liter zu trinken – vor allem Mineralwasser oder zuckerfreie Kräuter- und Fruchteees.

### Diagnose: reparatur- und reinigungsbedürftiger Zahnersatz

Karin Meister\* trägt seit vielen Jahren eine herausnehmbare Teilprothese. So richtig wohl fühlt sie sich nicht mehr damit. Besonders klagt sie über schmerzhafte Druckstellen. Ihre Zahnärztin prüft den Sitz der Prothese. Außerdem untersucht sie, ob sich Bakterien angesiedelt und eine Entzündung verursacht haben. Anschließend wird die Prothese im Meisterlabor repariert und gründlich gereinigt.



Bei der professionellen Zahnreinigung werden die Zähne poliert.

### Diagnose: Karies

Bei einer Kontrolluntersuchung wird bei Peter Schmieder\* Karies am Kronenrand festgestellt. Der Zahnarzt entfernt die Karies und erklärt Peter Schmieder, dass ältere Menschen häufig von so genannter Sekundärkaries an Kronen- oder Füllungsrandern betroffen sind. Ist das Zahnfleisch stark zurückgegangen, tritt auch Wurzelkaries auf. Der Zahnarzt empfiehlt Peter Schmieder eine regelmäßige professionelle Zahnreinigung in der Praxis und erläutert die sorgfältige häusliche Zahnpflege mit einer fluoridhaltigen Zahnpasta sowie die richtige Reinigung der Zahnzwischenräume.

### Zahngesund im Alter – mit Vorsorge und Pflege

Egal ob festsitzender Zahnersatz oder eigene Zähne – eine regelmäßige Vorsorge verhindert, dass aus ersten Beschwerden dauerhafte Erkrankungen werden. Mindestens zweimal im Jahr sollte sich deshalb der ältere Patient in die Praxis seines behandelnden Zahnarztes begeben. Auch die Kontrolle von Zahnersatz ist dann kostenfrei. Ebenso wichtig sind die sorgfältige häusliche Zahnpflege und regelmäßige professionelle Zahnreinigung sowie eine zuckerarme, ausgewogene Ernährung.

\*Der Name wurde von der Redaktion geändert.

# Zahngesunde Ernährung

## Tipps für Ihren Alltag

Die Zähne erfüllen wichtige Funktionen, dazu müssen sie gesund sein. Sie kauen und zerkleinern Nahrung, der Speichel sorgt für die erste Reinigung. Eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung hilft, die Zähne gesund zu erhalten. Experten empfehlen Lebensmittel, die wenig Zucker enthalten, bissfest sind und wichtige Nährstoffe liefern:

- Vollkornbrot, Obst und rohes Gemüse sind fest. – Das intensive Kauen ist gut für Zähne und Kiefer.
- Nahrungsmittel wie Milchprodukte und Gemüse versorgen Sie mit Vitaminen und Kalzium.
- Käse als Abschluss einer Mahlzeit neutralisiert den sauren pH-Wert.
- Die Fluoride im fluoridierten Speisesalz, in Fisch und Hülsenfrüchten härten den Zahnschmelz. Das schützt Ihre Zähne vor Säureangriffen.
- Grüner Tee wirkt antibakteriell und ist gut gegen Mundgeruch.
- Vollkornprodukte und Naturreis, Ei und mageres Fleisch ergänzen die zahngesunde Ernährung.

Darüber hinaus zeigen ein paar einfache Tipps, was den Zähnen gut tut:

### Trinken Sie ausreichend!

Flüssigkeit regt den Speichelfluss an, der die Zähne reinigt. Trinken Sie mindestens zwei Liter Wasser oder zuckerfreie Tees und wählen Sie Lebensmittel mit hohem Wasseranteil wie Obst und Gemüse. Übrigens: Auch Zahnkaugummi unterstützt den Speichelfluss!

### Reduzieren Sie Zucker!

Zu viel Zucker steigert das Risiko für beispielsweise Zahnhalskaries. Versuchen Sie, auf Zucker zu verzichten, achten Sie auf versteckten Zucker. Verdünnen Sie Ihre Obstsäfte mit Wasser oder probieren Sie Kaffee ohne Zucker. Naschen Sie nicht über einen längeren Zeitraum und reinigen Sie anschließend Ihre Zähne.

### Kauen Sie kräftig!

Viele ältere Menschen greifen zu Lebensmitteln mit einer eher weichen Beschaffenheit, um die Zähne zu »schonen«. Die Folge sind verminderter Speichelfluss und Verdauungsprobleme. Bissfeste, gesunde Lebensmittel regen Sie an, das Kauen zu trainieren.



Foto: adpic



Wenn alles so ist, wie Sie es gern haben,  
sorgen wir dafür, **dass alles so bleibt, wie es ist.**

Sie haben schon viel erreicht. Dafür haben Sie hart gearbeitet. Aber haben Sie auch alles getan, um das Erreichte zu schützen? Damit Sie Ihren Lebensstandard ganz entspannt genießen können, brauchen Sie jetzt Sicherheit. Die Sicherheit, dass Ihr Leben und das Ihrer Lieben auch dann lebenswert bleibt, wenn tatsächlich mal etwas Unvorhergesehenes passieren sollte. Lassen Sie uns darüber reden, damit wirklich alles so bleibt, wie es ist.



**Vertriebsleiter Martin Jaworski**  
Gürzenichstraße 27, 50667 Köln  
Telefon (0221) 5 79 91 12  
Mobil (0177) 4 34 15 27  
[martin.jaworski@signal-iduna.net](mailto:martin.jaworski@signal-iduna.net)

**SIGNAL IDUNA**   
gut zu wissen



Preisrätsel  
online!

[www.zahnjournal.com](http://www.zahnjournal.com)