

FRÜHJAHR/SOMMER 2018



ZEIT FÜR ZÄHNE

PATIENTENZEITSCHRIFT ZUM MITNEHMEN

Früh geübt
**Saubere Zähne -
strahlendes Lächeln**



**WUNDERKAMMER IM
RENAISSANCE-SCHLOSS**
Städtisches Museum
Schloss Rheydt



**ZÄHNEPUTZEN
MIT COCO UND SEINER
FREUNDIN ELLI**
Geschichten aus Doktor
Zahntigers Dschungelpraxis



**MODERNE
FÜLLUNGSTHERAPIEN**
Herr Doktor, bekommen Sie
den Zahn wieder hin?



**Mehr Informationen
rund um die Zahngesundheit unter**
www.zahnpatienten.info
patientenberatung@kzvnr.de

Patiententelefon

Dienstag 10 bis 12 Uhr
Donnerstag 14 bis 16 Uhr

0211-23 39 96 68 (allgemein)
0211-17 17 91 45 (Zahnersatz)

**An jedem ersten Mittwoch im Monat
können Sie unter**
0211-22 96 24 38
von 14 bis 16 Uhr
einen Zahnarzt persönlich befragen.



ZAHNBÜRSTEN WACHSEN AUF DEN BÄUMEN

Kein Märchen vom Schlaraffenland! Bevor Zahnbürsten professionell hergestellt wurden, reinigte man Zähne und Mund mit natürlichen Hilfsmitteln, unter anderem mit den Zweigen des Arakbaumes. Die noch grünen Triebe des „Zahnbürstenbaums“ (arabisch Miswak) wurden schon im alten Orient und später im islamischen Kulturraum an einem Ende gekaut, bis sie an eine übliche Zahnbürste erinnerten. Je nach Pflanze enthält das Mark feine Putzkörper aus Calciumsulfat sowie Bakterien und Entzündungen hemmende Stoffe. In jüngster Zeit wurde sogar festgestellt, dass die Triebe einen recht hohen Fluoridgehalt aufweisen können.

In England wurde dann die Zahnbürste erfunden. Als William Addis 1780 im Londoner Newgate-Gefängnis „einsaß“, befestigte er Kuhborsten am Ende eines stark bearbeiteten Kuhknochens. Wieder in der Freiheit begann er, seine Erfindung zu verkaufen und gründete eine Firma, die bis heute Zahnbürsten herstellt.

Bis zum 20. Jahrhundert konnten sich aber nur die oberen Zehntausend eine Zahnbürste leisten. So berichtet Wilhelm Busch über die „Jungfer Adelheid“: „Doch für die Zähne verwendet sie gern/den Apparat des gnädigen Herrn“.

IMPRESSUM

Herausgeber:

Kassenzahnärztliche
 Vereinigung Nordrhein,
 verantwortlich: Dr. Heinz Plümer

Die Teilnahme von Gewinnspiel-
 firmen ist bei allen Rätselfragen und
 Wettbewerben ausgeschlossen.

Redaktion:

Dr. Uwe Neddermeyer,
 Lindemannstraße 34-42, 40237 Düsseldorf
 Telefon: 0211 / 96 84-217, E-Mail: rzb@kzvnr.de

Druck und Satz:

ALBERSDRUCK GmbH & Co KG,
 Düsseldorf

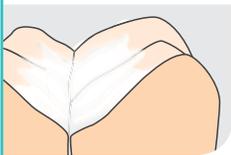
Bildnachweis:

Shutterstock (Titel: © Monkey Business Images;
 Titel, S. 3, 4: © Yuganov Konstantin)
 iStock (Titel, S. 3, 12: © Wavebreakmedia, S. 20: © Kudryashka)
 Petr Zubek (Doktor Zahntiger: Titel, S. 3, 10, 11)
 wikimedia (S. 2: © Mehdi.sq; S. 14: © Politikeraner)
 Pixelio (S. 3: © Halina Zarembo)
 Dr. Uwe Neddermeyer (S. 3, 17, 19)
 Ilka Lange (Grafiken: S. 2, 3, 8, 14)
 Fotolia (S. 13: © Matthias Stolt; S. 16: © auremar)
 Städtisches Museum Schloss Rheydt (S. 3, 18;
 S. 19: © Achim Kukulies Düsseldorf)

INHALT

4 MILCHZÄHNE SIND GANZ, GANZ WICHTIG!

Zahnpflege beginnt mit dem ersten Zähnchen



8 WAS BIETET DIE PRAXIS DEN SECHS- BIS 17-JÄHRIGEN

Individualprophylaxe erhält die eigenen Zähne

10 ZÄHNEPUTZEN MIT COCO UND SEINER FREUNDIN ELLI

Geschichten aus Doktor Zahntigers Dschungelpraxis



12 HIGHTECH FÜR DIE ZÄHNE: MODERNE FÜLLUNGSTHERAPIEN

Herr Doktor, bekommen Sie meinen Zahn wieder hin?

17 ZAHNMEDIZIN: HOHES NIVEAU, KEINE WARTEZEITEN, FREIE THERAPIEWAHL



18 WUNDERKAMMER IM RENAISSANCE-SCHLOSS

Städtisches Museum Schloss Rheydt

20 KREUZWORTRÄTSEL

Ticketgutscheine zu gewinnen



Liebe Leserin, lieber Leser!



DR. HEINZ PLÜMER

Wir Zahnärzte haben in den letzten Jahrzehnten auf den verschiedensten Gebieten unseres Fachs einiges für die Gesundheit und die Lebensqualität der Menschen hierzulande bewirken können.

Zur Lebensqualität gehört neben den gesunden Zähnen auch ein strahlendes Lächeln. Während früher silberfarbene Amalgamfüllungen üblich waren, stehen heute verschiedene moderne, fast unsichtbare Füllungsmaterialien und -techniken zur Wahl. **Zeit für Zähne** stellt sie auf Seite 12 vor.

Noch besser ist es natürlich, die Entstehung der Karies durch eine gründliche Zahnpflege zu verhindern. Die Vorsorge muss sehr früh beginnen – übrigens auch bei der werdenden Mutter. Wenn beim Kleinkind dann das erste Zähnchen durchbricht, ist eine gute Zusammenarbeit von Zahnarzt und Eltern das A und O. Was man zuhause machen sollte von der Zahnpflege bis zur Ernährung, und was der Zahnarzt alles leistet, steht in diesem Heft (Seite 4).

Für unsere kleinen Leser gibt es eine spannende Geschichte aus „Doktor Zahntigers Dschungelpraxis“ mit *Preisrätsel und Malwettbewerb* (S. 10). Tolle Preise gewinnen können auch Erwachsene beim Kreuzworträtsel.

Viele Gründe, sich **Zeit für Zähne** zu nehmen (S. 20).

Heinz Plümer

Dr. Heinz Plümer

Nehmen Sie das kostenlose Heft doch einfach mit nach Hause zu Ihrer Familie und Ihren Freunden!



Milchzähne sind ganz, ganz wichtig!

ZAHNPFLEGE BEGINNT MIT DEM ERSTEN ZÄHNCHEN

Zahnärztin Dr. Susanne Schorr erklärt, warum die Zahnpflege schon mit dem Durchbruch des ersten Zähnchens beginnen muss: „Milchzähne können kariös werden. Sogar leichter als die bleibenden Zähne, denn Milchzähne sind weicher und damit kariesanfälliger. Vorzeitiger Milchzahnverlust sorgt für Lücken, deren Folgen oft nur durch aufwändige Zahn- und Kieferregulierungen korrigiert werden können.“

VERANTWORTUNGSVOLLE ELTERN SORGEN FÜR DIE ZAHNGESUNDHEIT IHRER KINDER

Solange die Kinder selbst noch nicht genügend für ihre Zähne tun können, müssen Sie sich ganz besonders um die Zahngesundheit ihrer Sprösslinge kümmern. Dazu gehören

- 1) die gemeinsame [Zahnpflege zuhause](#)
- 2) eine möglichst [zahngesunde Ernährung](#) und der
- 3) frühzeitige und regelmäßige [Besuch beim Zahnarzt](#).

Mehr dazu auf den folgenden Seiten

WAS MAN ZU HAUSE FÜR DIE MILCHZÄHNE TUN SOLLTE



Zahnärztlicher Kinderpass

Name:			
Untersuchung:		1. Termin	2. Termin
UZ A UZ B	Werdende Mutter		
UZ 1	Kind ab 6 Monate		
UZ 2	2-jähriges Kind		
UZ 3	3-jähriges Kind		
UZ 4	4-jähriges Kind		
UZ 5	5-jähriges Kind		
UZ 6	6-jähriges Kind		

Bei vielen Zahnärzten bekommen werdende Mütter und Eltern den Zahnärztlichen Kinderpass

GEMEINSAMES ZÄHNEPUTZEN ALS TÄGLICHES RITUAL

Das Wichtigste zuerst: Die Eltern müssen die Zähne ihrer Kinder regelmäßig gründlich putzen. Und das täglich von Anfang an, also bereits wenn der erste Milchzahn das Licht der Welt erblickt.

ALLEIN PUTZEN? JA, ABER DIE ELTERN PUTZEN NACH

Schön ist es, wenn die Kinder schon früh versuchen, alleine ihre Zähne zu putzen. Aber kleine Kinder machen das noch nicht gründlich genug. Darum ist es wichtig, dass Mama und Papa noch nachputzen.

Damit das Kind beim Zähneputzen mit Spaß zur Sache geht, kann es hilfreich sein, dass es seine Zahnbürste selbst aussuchen darf. Die Industrie bietet ein breites Spektrum kindgerechter Zahnbürsten mit aktuellen Motiven an.

TIPP Ganz wichtig ist es, dass die Eltern mit gutem Vorbild vorangehen und ihre Zähne vielleicht auch des Öfteren gemeinsam mit ihren Kindern putzen.

EGAL WIE SPÄT, ZULETZT WERDEN ZÄHNE GEPUTZT

Auch wenn es mal später geworden sein sollte – vor dem Schlafen werden die Zähne geputzt.

MIT FLUORID SCHÜTZEN

Heute wissen wir nicht nur um den Segen von Fluoriden für die Zahnhartsubstanz, sondern auch, wie wir es am effektivsten dosieren und verabreichen. Man weicht in zunehmendem Maße ab von der Tablettenform und bedient sich fluorhaltiger Zahnpasten und fluoridierter Salze beim Kochen.

TIPP Für die auf Ihr Kind abgestimmte Fluoridierung gibt Ihr Zahnärzte Ihnen eine individuelle Empfehlung.

POSITIVE EINSTELLUNG VORLEBEN

Kein Kind hat von Natur aus Angst vor dem Zahnarzt! Der regelmäßige gemeinsame Besuch in der Praxis hilft, die positive Einstellung ihres Kindes zu erhalten. Gut ist, wenn ein Elternteil mit dem Kind zuvor über die Untersuchung spricht.

TIPP Keinesfalls eigene Ängste auf das Kind übertragen – auch wenn man selbst ungern zum Zahnarzt geht!



DER SCHNULLER GEHÖRT NUR IN DEN MUND DES KINDES, DEM ER GEHÖRT.

Karies ist eine bakterielle Krankheit und die Bakterien werden auch durch den Schnuller übertragen. Eltern sollten deshalb auch keinesfalls heruntergefallene Schnuller oder den Löffel beim Füttern ablecken – das gilt übrigens auch für Oma und Opa!

DEN SCHNULLER KANN MAN WEGNEHMEN, DEN DAUMEN NICHT.

Den Schnuller abzugewöhnen, mag nicht einfach sein, ist aber leichter, als das Daumenlutschen zu verhindern.

WENN DAS KIND IN DEN KINDERGARTEN GEHT, VOM SCHNULLER ENTWÖHNEN.

Spätestens Dreijährigen sollte das Nuckeln abgewöhnt werden, um schiefe Zähne vorzubeugen.

WAS EINE GESUNDE ERNÄHRUNG AUSMACHT

BESSER EINMAL RICHTIG SÜSS – ALS IMMER WIEDER EIN WENIG

Regelmäßige Hauptmahlzeiten sind für Kinder besonders wichtig! Ständig zwischendurch Naschen macht nicht nur dick, sondern auch die Zähne kaputt. Je gleichmäßiger über den Tag verteilt, die Bakterien auf den Zähnen Zucker bekommen, desto schädlicher können sie wirken. Darum gilt: Besser einmal „richtig süß“ und danach die Zähne putzen.

KINDERZAHNKILLER NUMMER EINS: NUCKELFLASCHE MIT SÜSSEM GETRÄNK

Durch die dauernde Benetzung der Zähne von allen Seiten mit gezucker-

ten oder zuckerhaltigen Getränken gehen Kinderzähne rasch kaputt.

Viele Kinder leiden deshalb unter frühkindlicher Karies, von Zahnmedizinern „Early Childhood Caries“ (ECC) genannt.

AUCH SAURES IST FÜR DIE ZÄHNE GAR NICHT LUSTIG

Cola, Softdrinks und saure Sportgetränke sind wahre Zahnkiller, denn die enthaltenen Säuren sind sehr aggressiv und greifen den Zahnschmelz an. Das gilt auch für säurehaltige Nahrungsmittel wie Zitrusfrüchte und Obstsaften.

VORSICHT VOR VERSTECKTEM ZUCKER

Zucker verbirgt sich in vielen Speisen, in denen man ihn gar nicht vermutet, beispielsweise in Müsli, Fruchtojoghurt oder auch Ketchup, Obstsaften und Tee. Auch Medikamente wie Hustensaften und Lutschpastillen können Zucker enthalten.

TIPP Mittlerweile gibt es eine große Auswahl an zahnfreundlichen Süßigkeiten und Schokolade – man erkennt sie am Zahnmannchen mit Schirm. Zucker ist hier durch Zuckeraustausch- und/oder Süßstoffe ersetzt.

ZEHN TIPPS FÜR DIE KINDERZAHNPFLEGE

1. Ab dem ersten Zähnchen einmal täglich vorsichtig putzen, am Anfang noch ohne Zahnpasta und evtl. mit Wattestäbchen.
2. Später die Milchzähne nach dem Frühstück und vor dem Schlafen putzen.
3. Für Kinder gibt es altersgerechte Zahnbürsten mit besonders kleinem Kopf und dickem Handgriff.
4. Auch die Kinderzahnbüste regelmäßig nach 10–12 Wochen und nach Krankheiten wechseln.
5. Träger fester Zahnspangen sollten eine spezielle Zahnbürste verwenden.
6. „Kindergartenkinder“ (ab drei Jahren) nach und nach selbstständig putzen lassen – aber bitte mit Nachkontrolle und viel Lob. In diesem Alter ist das Putzen „mit Kreisen“ besonders gut geeignet.
7. Bis zum Schuleintritt eine spezielle Kinderzahnpasta (maximal 500 ppm Fluorid) kaufen, weil die Kleinen möglicherweise Zahnpasta verschlucken. Dann eine „Erwachsenen-Zahnpasta“ verwenden.
8. Nach dem Putzen genügt Ausspucken. So können die Fluoride auch nach dem Putzen noch wirken.
9. Egal wie spät es abends wird, vor der Nachtruhe die Zähne putzen.
10. Seien Sie ein gutes Vorbild: Putzen Sie regelmäßig und gründlich Ihre Zähne – im Beisein und auch gemeinsam mit Ihren Kindern.

WAS DER ZAHNARZT ALLES LEISTET

DER ZAHNARZT BETREUT SCHON DIE WERDENDE MUTTER

Der Zahnarzt kann schon der werdenden Mutter wichtige Hilfestellungen geben, damit die Mundgesundheit ihres Kindes von Beginn an gesichert ist. Ist das Baby geboren, hat die Zahnarztpraxis Hinweise zur gesunden Ernährung und zur Pflege der Milchzähnen.

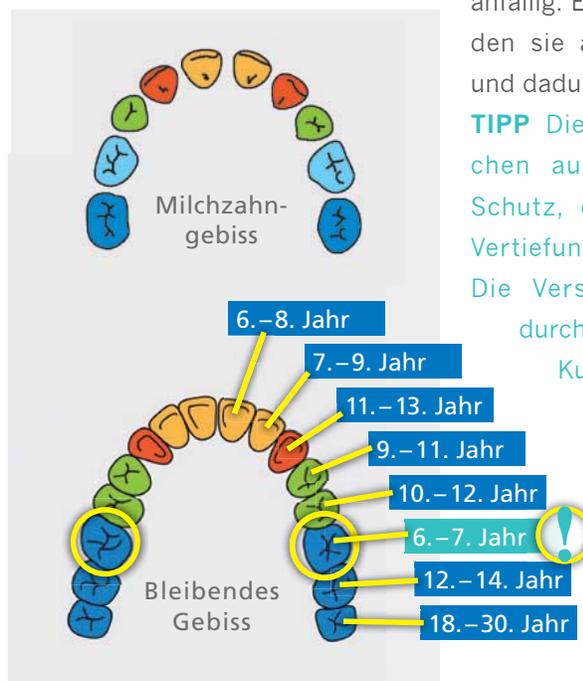
TIPP Bringen Sie Ihr Kind einfach mit, wenn Sie selbst zur Vorsorge kommen. So gewöhnt es sich bereits im jungen Alter an die Zahnarztpraxis und das Zahnarztteam. Gerade in diesen ersten Jahren werden wichtige Weichen für die spätere Gesundheit gelegt.

DER ZAHNARZT BEGLEITET DAS KIND VON KLEIN AUF

Regelmäßige halbjährliche Untersuchungen des Kindes und Informationsgespräche mit den Eltern tragen entscheidend dazu bei, dem Kind ein gesundes und strahlendes Lachen zu schenken. Zugleich werden die Kinder spielerisch an die Zahn-

arztpraxis herangeführt. Wenn dann noch die vorbeugenden Maßnahmen beim Zahnarzt in Anspruch genommen werden, steht der lebenslangen Zahngesundheit nichts im Wege.

TIPP Viele Zahnärzte stellen einen „Zahnärztlichen Kinderpass“ aus. Dieser weißt in der Schwangerschaft und den ersten sechs Jahren auf wichtige Termine hin und gibt Erläuterungen zur Gesunderhaltung.



DER ZAHNARZT SCHÜTZT DIE BLEIBENDEN BACKENZÄHNE

Oft merken die Eltern gar nicht, dass im zarten Alter von fünf oder sechs Jahren schon ein großer bleibender Zahn hinzukommt, der sogenannte Sechsjahrmolar. Diese ersten bleibenden Backenzähne dürfen nicht übersehen und deshalb schlecht geputzt werden, denn sie sind direkt nach ihrem Durchbruch besonders anfällig. Erst im Laufe der Jahre werden sie ausreichend mineralisiert und dadurch gehärtet.

TIPP Die Sechsjahrmolaren brauchen auch deshalb besonderen Schutz, da ihre Zahnoberflächen Vertiefungen und Furchen haben. Die Versiegelung dieser Stellen durch den Zahnarzt mit dünnem Kunststoff bietet einen optimalen Schutz vor Karies.

Dr. Susanne Schorr,
Dr. Harald Holzer,
Dr. Heinz Plümer,
Dr. Uwe Neddermeyer

DAS REZEPTE ZUR GESUNDERHALTUNG DER ZÄHNE UND MUNDHÖHLE IHRES KINDES LAUTET:

- Die richtige Zahnbürste,
- die richtige Zahnputztechnik regelmäßig morgens und abends drei Minuten,
- eine fluorhaltige Zahnpasta
- und die regelmäßige Vorsorgeuntersuchung beim Zahnarzt zweimal im Jahr mit Erläuterungen zur richtigen Pflege.

Was bietet die Praxis den Sechs- bis 17-jährigen

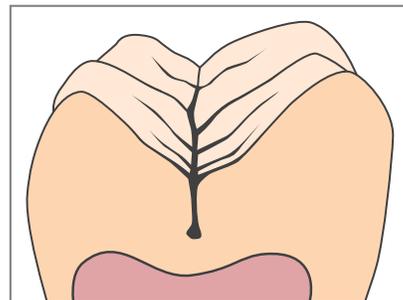
INDIVIDUALPROPHYLAXE ERHÄLT DIE EIGENEN ZÄHNE

Vom sechsten bis zum zwölften Lebensjahr verändert sich das Kindergebiss grundlegend. Die bleibenden Zähne sind unmittelbar nach dem Durchbruch sehr anfällig dafür, an Karies zu erkranken. Deshalb sind eine optimale Zahnpflege und zuckerarme Ernährung in dieser Zeit entscheidend. Das individuelle Karies-Vorsorge-Programm in der Zahnarztpraxis (Individualprophylaxe) sieht eine intensive Betreuung für Sechs- bis 17-Jährige vor.

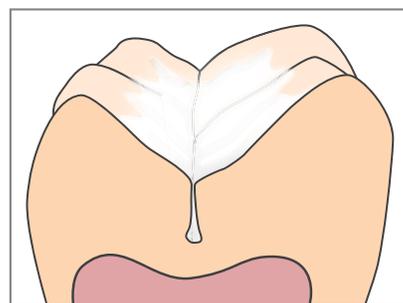
- Unzureichend geputzte Zahnabschnitte werden ermittelt und dokumentiert. Hierdurch wird die Anfälligkeit für Karies bestimmt. Außerdem lässt sich in späteren

Untersuchungen feststellen, ob sich die Mundhygiene verbessert hat.

- Den Kindern werden – in altersgerechter Form – Krankheitsursachen in der Mundhöhle erklärt. Es wird gezeigt, wie man sich richtig die Zähne putzt und sich „zahngesund“ ernährt.
- Die bleibenden hinteren Backenzähne können mit einer dünnen Kunststoffschicht versiegelt werden, um sie zusätzlich vor Kariesbefall zu schützen. Bei dieser sogenannten Fissurenversiegelung (siehe Bild) werden die Vertiefungen der kariesfreien Backenzähne mit dünnfließendem Kunststoff geschlossen. Bakterien



Fissuren vor der Versiegelung



Nach der Fissurenversiegelung

und Speisereste haften dadurch schlechter an den Kauflächen.

- Der Zahnschmelz wird durch Auftragen von Fluoridkonzentraten gehärtet.

MUND-GESUNDHEIT ... IHR GRÖSSTER BONUS!

Nachweisheft zur Erlangung des Bonus beim Zahnersatz gemäß § 20 (5) SGBV

Bonusheft

- Nachweis von Zahngesundheitsuntersuchungen -
für die Versicherten der Gesetzlichen Krankenkassen

Name:

Vorname:

Geburtsdatum:

Straße:

PLZ/Wohnort:

Datum: Individualprophylaxe zahnärztliche Untersuchung

Datum: Individualprophylaxe zahnärztliche Untersuchung

Holen Sie sich den Bonus zum Zahnersatz, damit Sie ihn – dank gesunder Zähne – erst gar nicht brauchen.



Waren Sie in diesem Jahr schon bei Ihrem Zahnarzt? Schauen Sie besser noch mal ins Bonusheft! Nehmen Sie die halbjährliche Kontrolluntersuchung wahr, dann sparen Sie nicht nur, Sie gewinnen: Mundgesundheit und allgemeine Gesundheit – und damit Lebensqualität.

Bei regelmäßigem Zahnarztbesuch erhöht sich der Festzuschuss der gesetzlichen Krankenkassen zum Zahnersatz um bis zu 30 Prozent. Mehr Infos unter www.zahnpatienten.info



Text und Idee:
Dr. Susanne Schorr

Zähneputzen mit Coco und seiner Freundin Elli

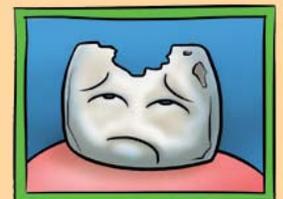


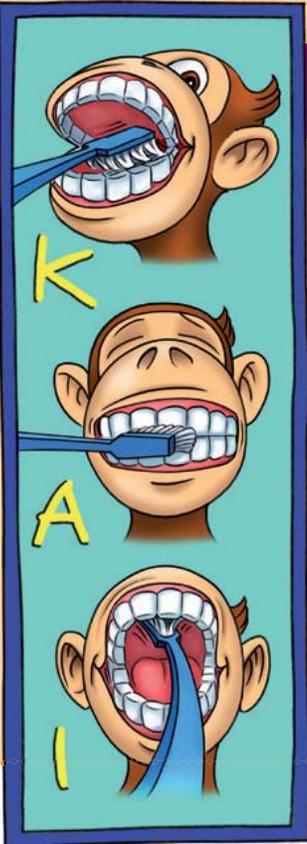
Coco, der kleine Affe, und seine Freundin Elli, das Elefantenmädchen, sind zu Besuch in der Dschungelpraxis. Gitti Gazelle, Doktor Zahntigers Sprechstundenhilfe, schenkt beiden eine bunte Zahnbürste und erklärt: „Zähneputzen ist sehr wichtig, damit die Zähne sauber und gesund bleiben. Nur mit gesunden Zähnen haben wir Spaß.“

Die Kinder wollen genau wissen, was denn so schlimm an schmutzigen Zähnen ist. Gitti erklärt: „Schmutzige Zähne werden schnell krank. Dann sehen sie braun und löchrig aus und können sogar wehtun. Diese Zahnkrankheit nennt man Karies. Saubere Zähne werden nicht krank. Deshalb müssen wir die Zähne nach dem Essen sehr gründlich putzen: nach dem Frühstück und nach dem Abendessen, bevor wir ins Bett gehen, am besten auch noch nach dem Mittagessen.“

Dann erklärt Gitti den beiden noch genau, wie man die Zähne mit Hilfe von KAI so putzt, dass sie wirklich überall ganz sauber sind: „KAI ist kein neues Tierkind hier im Dschungel. KAI steht für die Kauflächen, die Außenflächen und die Innenflächen der Zähne. Wenn ihr immer in der gleichen Reihenfolge von hinten nach vorn, von oben nach unten putzt, vergesst ihr keinen Zahn.“

Anschließend dürfen Coco und Elli ihre strahlenden Zähne im Spiegel bewundern: „Seht ihr, jetzt blitzen eure Zähne wie kleine weiße Perlen.“





Damit ihr auch wisst, wie man es richtig macht, hat Doktor Zahntiger für euch ein paar Bilder gemalt.

1. Macht eure Zahnbürste nass und streicht etwas Zahnpasta auf die Borsten.
2. Zuerst putzt ihr eure Zähne auf den Kauflächen. Bewegt eure Zahnbürste hin und her. Fangt bitte mit den oberen Zähnen an und putzt danach die unteren. Gebt gut acht, dass ihr auch keinen Zahn vergesst!
3. Danach sind die Außenseiten dran. Fangt auf einer Seite an und lasst eure Zahnbürste an allen Zahnaußenflächen kreisen bis ihr am anderen Ende der Zahnreihe angekommen seid.
4. Und schließlich macht ihr den Mund weit auf. So könnt ihr dann auch die Innenseite eurer Zähne putzen. Erst die oberen Zähne, dann die unteren.
5. Zuletzt nehmt ihr einen kleinen Schluck Wasser und spült damit die Zahnpastareste ins Waschbecken. Fertig!

Mach mit! Es warten tolle Preise auf dich!

Hat euch die Geschichte von Dr. Zahntiger gefallen?

Dann macht bei unserem Preisausschreiben mit. Füll einfach die Lücken im Text aus und schick das Blatt an an unsere Redaktion **KZV Nordrhein, Redaktion Zeit für Zähne, 40181 Düsseldorf.**

Coco erzählt seiner Freundin Nanni Nashorn, was er in der Dschungelpraxis gelernt hat: „Schmutzige Zähne werden schnell Dann sehen sie braun und aus und können sogar weh tun. Deshalb müssen wir die Zähne nach dem putzen. Mit KAI putzen wir erst die K dann A und I“

Bitte vergiss deinen Absender, dein Alter und deine T-Shirt-Größe nicht!

Gute Gewinnchancen hat auch, wer beim **Malwettbewerb** lustige selbst gemalte Bilder zum Thema „Dr. Zahntigers Dschungelpraxis“ einschickt.

Einsendeschluss ist der 20. Juni 2018

Mein Name ist

Ich bin Jahre alt und trage die T-Shirt-Größe

Meine Anschrift

Zu gewinnen:

**5 x 2
Gutscheine**

westticket.de

von **westticket.de**, einzulösen für:
Disney on ice, Neanderthal-Museum,
Planetarium Bochum, Aquazoo,
Marionettentheater usw.



**6 Oral-B
Stages Power**

(elektrische Zahnbürste;
Jungen/Mädchen)



Zahn-Memospiele

T-Shirts
„Dr. Zahntiger“



... und viele
**Kino-Gutscheine
und Malbücher!!!**



Hightech für die Zähne: Moderne Füllungstherapien

HERR DOKTOR, BEKOMMEN SIE DEN ZAHN WIEDER HIN?

Diese Situation haben Sie so oder ähnlich sicher schon einmal erlebt: Ein Zahn zieht und zwickt an einer ganz bestimmten Stelle. Beim Tasten mit der Zunge fühlen Sie ein scharfkantiges Loch. Die Zahnschmerzen erweisen sich als hartnäckig und Sie suchen Hilfe bei Ihrem Zahnarzt. Wie befürchtet lautet die Diagnose „Karies“. Jetzt stellt sich die Frage, wie der Zahn am besten wiederhergestellt werden kann.

Ist die Karies erst einmal erkannt, gilt die Maxime, den Schaden so schnell wie möglich zu beheben, damit sich das „Loch im Zahn“ nicht weiter ausbreiten kann. Der Zahnarzt

verhilft Ihnen dazu, dass Sie bald wieder schmerzfrei kauen und unbeschwert lächeln können. Dazu wird das kariöse Gewebe unter Schonung der gesunden Zahnhartsubstanz ent-

fernt und dann das jetzt kariesfreie Zahnloch („Kavität“) mit einer Füllung oder einem Inlay versehen.

INNOVATIVE MATERIALIEN UND TECHNIKEN

Dank der modernen Zahnmedizin kann ein kariöser Zahn heutzutage in den meisten Fällen in Funktionalität und Optik rundum erneuert und wiederhergestellt werden – mithilfe innovativer Materialien und Techniken. Neben dem Einsatz von High-tech-Materialien hat dabei längst auch die Digitalisierung in der Zahnmedizin Einzug gehalten. Ihr Zahnarzt weiß, welche Füllungstherapie in Ihrem speziellen Fall und nach Ihren Wünschen infrage kommt und kann Sie bei der Materialauswahl umfassend beraten.

WAHL DER FÜLLUNGSMATERIALIEN – WORAUF KOMMT ES AN?

Die meisten Patienten möchten nicht nur wieder schmerzfrei kauen, sondern auch mit schönen Zähnen

strahlend lächeln. Dafür gibt es keine Standardlösung, denn die richtige Therapie hängt von der Ausdehnung und der Lage des Defektes – im Front- oder Seitenzahnbereich, auf der Kaufläche, im Zahnzwischenraum oder im Zahnhalsbereich – ab.

Die langfristige Wiederherstellung der Kaufunktion geschieht durch Komposit-, Amalgam- und Inlay-behandlungen.

Dabei verwendet man in der Regel

- **Komposit** oder **Amalgam** für kleinere und mittlere Zahndefekte
- **Keramik-** oder **Gold-Inlays** für größere Zahndefekte

Je größer „das Loch im Zahn“ und je bedeutender die Lage für die Kau-funktion ist, desto belastbarer sollte das Füllungsmaterial sein. Darüber spielt besonders im Frontzahnbe-reich ein natürliches Aussehen der Zähne eine wichtige Rolle.

AMALGAM – STABIL IM SEITENZAHNBEREICH

Amalgam war lange Zeit die Zahnfüllung schlechthin. Die Metalllegierung ist sehr robust und hält der stärkeren Kaube-lastung im Seitenzahnbereich gut stand. Wegen seiner silber-grauen Farbe wird Amalgam auch nur dort verwendet. Die meisten Patienten ziehen heutzutage aber selbst für Backen-zähne moderne und nahezu un-sichtbare Füllungsmaterialien wie Komposit und Keramik vor.



Dank der modernen Zahnmedizin kann ein kariöser Zahn heutzutage mithilfe innovativer Materialien und Techniken wiederhergestellt werden.

WAS PASSIERT BEI EINER KOMPOSITFÜLLUNG?

Bei Kompositfüllungen wird das Material mittels einer sehr aufwendigen Klebtechnik direkt mit der Zahnhartsubstanz verbunden. Die Kavität wird dabei in vielen Schichten ausgefüllt. Diese Vorgehensweise minimiert die Schrumpfung des Kunststoffes bei der Aushärtung durch Speziallicht, die nach jeder Schicht erfolgt. Das führt zu einer guten Haltbarkeit und Belastbarkeit der Füllung und zu einem nahezu nahtlosen Übergang zur gesunden Zahnoberfläche. Die von Zahnmedizinern „dentin-adhäsive Mehrschichtfüllung“ genannte Technik ermöglicht auch Zahnverbreiterungen und Veränderungen der Zahnform. Für eine Kompositfüllung ist nur ein Behandlungstermin erforderlich.

KOMPOMERE

Vielleicht haben Sie auch schon einmal etwas von Kompomeren gehört. Das zahnfarbene Material (Kompomer) ist eine Mischung aus Komposit und Glasionomermaterial und wird häufig als kurzzeitige Übergangslösung verwendet. Kompomerfüllungen kommen vor allem im Milchgebiss von Kindern und bei Erwachsenen als Provisorium, Aufbau- oder Zahnhalsfüllung zum Einsatz. Kompomer kann jedoch vor allem für größere Füllungen im Seitenzahnbereich nicht als vollwertige Alternative zum Komposit angesehen werden, weil es weniger stabil und abriebfest ist.

KOMPOSIT – HOCHWERTIG UND PERFECT ANGEPASST

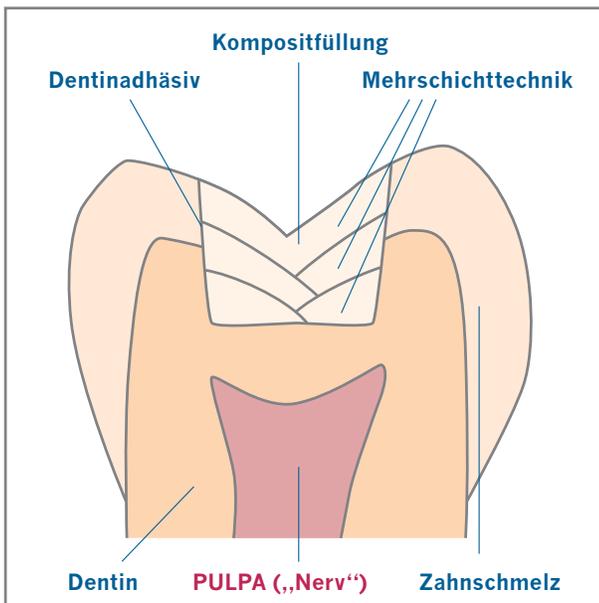
Komposit ist ein zahnfarbendes und langlebiges Füllungsmaterial, das aus einem mit Keramikpartikeln verstärkten Kunststoff besteht. Es wird vor allem im Frontzahnbereich eingesetzt. Härte und Belastbarkeit heutiger Komposite ermöglichen eine Anwendung auch im Seitenzahnbereich, falls noch ausreichend Zahnhartsubstanz für ein sicheres Anhaften vorhanden ist und die Karies nicht zu weit unter das Zahnfleisch reicht. Komposite

Das erklärt, warum die Nachfrage nach Komposit in den letzten Jahren außerordentlich gewachsen ist.

INLAYS – MASSGEFERTIGT FÜR GRÖßERE ZAHNSCHÄDEN

Bei größeren Zahndefekten kann ein Zahn mithilfe einer Einlagefüllung – einem Inlay – aus Keramik oder Gold wiederaufgebaut werden. Inlays werden vom Zahntechniker nach präzisen Vorgaben angefertigt und vom Zahnarzt in den Zahn eingesetzt. Sie finden vor allem im Seitenzahnbereich Anwendung. Bei umfangreicheren, auch die Zahnhöcker umfassenden Inlays spricht man von Onlays oder Overlays.

lassen sich nahezu perfekt an die individuelle Zahnfarbe des Patienten anpassen.



Dentin-adhäsive Mehrschichtfüllung (Komposit)



Das blaue Licht sorgt dafür, dass die einzelnen Komposit-schichten rasch aushärten

UND SO WIRD EIN KERAMIK-INLAY ANGEFERTIGT

In einem aufwendigen Übertragungsverfahren nimmt der Zahnarzt mit einem Abdrucklöffel und einer speziellen Formmasse einen Präzisionsabdruck der vorbereiteten Kavität. Aus diesem Abdruck wird ein Modell als Vorlage für das spätere Inlay erstellt. Gegebenenfalls wird zusätzlich eine Bissbestimmung (Funktionsanalyse) als Vorgabe für die Anfertigung durchgeführt. Außerdem wird der Zahn mit einem Kunststoffprovisorium gefüllt. Für die Auswahl des richtigen Farbtons stehen bei Keramik-Inlays viele Farbnuancen zur Verfügung. Das fertige Inlay wird schließlich nach einer Anprobe mit einer aufwendigen Klebetechnik (Adhäsivtechnik) unter Einsatz eines speziellen Komposits mit der Zahnoberfläche verbunden. Insgesamt werden mehrere Behandlungstermine benötigt.

FOTO STATT ABRUCK

Alternativ zu dem herkömmlichen Abdruckverfahren kann eine digitale Technik eingesetzt werden, bei welcher der präparierte Zahn zunächst mit einer Spezialkamera dreidimensional fotografiert wird.

Die so gewonnenen Daten ermöglichen es, mit einer Computersoftware Ausmaße und Form des künftigen Inlays festzulegen, das schließlich mit einem Diamantbohrer maschinell aus einem Keramikblock herausgefräst und direkt an oder in den Zahn eingeklebt wird. Im Rahmen dieses Verfahrens ist nur ein Behandlungstermin erforderlich.

KERAMIK-INLAYS – ÜBERZEUGEND NATÜRLICH

Die zahnfarbenen Keramik-Inlays kommen mit ihrer glatten und glänzenden Oberfläche dem natürlichen Zahnschmelz optisch sehr nahe. Sie sind ebenso belastbar wie verträglich und gerade auch eine gute Wahl für Patienten, die eine metallfreie Füllungstherapie bevorzugen.



Keramik ist fast unsichtbar

GOLD-INLAYS – UNÜBERTROFFEN BESTÄNDIG

Gold-Inlays haben sich als stabile und besonders hochwertige Lösung für die Behebung größerer Zahnschäden im Seitenzahnbereich bewährt. Es handelt sich um Gussfüllungen, für die zwei Behandlungstermine erforderlich sind (kein digitales Verfahren). Gold zeichnet sich durch eine hohe Passgenauigkeit aus und ist im Mund außerordentlich beständig und gut verträglich. Sein Härtegrad ähnelt dem der natürlichen Zahnhartsubstanz. Trotz seiner hervorragenden Qualitäten als Füllungsmaterial hat die Beliebtheit von Gold bei Patienten inzwischen stark nachgelassen, denn Gold-Inlays im Mund sind auffällig und wirken keinesfalls natürlich.



Gold ist ein besonders hochwertiges und gut verträgliches Material für Inlays (Bild) und Füllungen

KOSTEN

Größe und Lage des Defekts an Ihrem Zahn sowie Ihre individuellen Vorstellungen bestimmen den Material- und Arbeitsaufwand und damit die Kosten einer Füllungstherapie. In welcher Höhe Ihre Krankenkasse die Kosten übernimmt, teilt Ihnen Ihr Zahnarzt im Rahmen des Beratungsgesprächs vor Beginn der Behandlung mit. Als Mitglied einer gesetzlichen Krankenversicherung haben Sie einen Rechtsanspruch auf eine zuzahlungsfreie Füllung, mit der die Kaufunktion Ihres Zahnes einwandfrei wiederhergestellt wird (Regelversorgung).

Wünscht ein gesetzlich Versicherter eine aufwendigere Versorgung, die über die Regelversorgung hinausgeht (z. B. ein Keramik-Inlay), schließt der Zahnarzt mit ihm eine sogenannte Mehrkostenvereinbarung ab. Darin erklärt der Patient sich bereit, den anfallenden Mehraufwand selbst zu zahlen. Der Zahnarzt rechnet dann mit der gesetzlichen Kasse die Kosten ab, die bei der Regelversorgung angefallen wären. Die zusätzlichen Kosten stellt er dem Patienten nach der Gebührenordnung für Zahnärzte (GOZ) in Rechnung.

NACH ERFOLGREICHER FÜLLUNGSTHERAPIE WIEDER STRAHLEND LÄCHELN

Die meisten Patienten entscheiden sich heute für die hochwertigen und ästhetisch ansprechenden Kompositkompositionen oder Keramik-Inlays, mit denen sich nicht nur die Kaufunktion, sondern auch ein strahlendes Lächeln optimal wiederherstellen lässt.

Vergessen Sie nach einer erfolgreichen Füllungstherapie zu guter Letzt jedoch nicht, dass eine gewissenhafte häusliche Mundhygiene und die Teilnahme an der regelmäßigen

Vorsorge in der Zahnarztpraxis die wichtigsten Garantien für eine lange Lebensdauer Ihrer neuen Zahnfüllung sind.

*Dr. Ralf Hausweiler,
Dr. Stephan Kranz,
Susanne Krieger*

WAS ÜBERNIMMT DIE KASSE?

- Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen im Frontzahnbereich (Schneide- und Eckzähne des Ober- und Unterkiefers) die Kosten für zahnfarbene Kompositfüllungen (Einschichttechnik).
- Im Seitenzahnbereich werden die Kosten für Amalgamfüllungen übernommen.
- Bei nachgewiesener Allergie gegen Amalgam oder dessen Bestandteile sowie im Fall einer schweren Niereninsuffizienz zahlen die gesetzlichen Krankenkassen auch im Seitenzahnbereich die Kosten für Kompositfüllungen.
- Den Austausch intakter Füllungen auf Wunsch des Patienten übernehmen die gesetzlichen Kassen grundsätzlich nicht.



Perfekt angepasst: große Farbauswahl bei Komposit und Keramik

Zahnmedizin: Hohes Niveau, keine Wartezeiten, freie Therapiewahl

Das hohe Niveau der medizinischen Versorgung in Deutschland wird sowohl von den politischen Kräften in Deutschland als auch im Ausland anerkannt. Da verwundert es, wenn einige Politiker dennoch von einer Zwei-Klassen-Medizin sprechen!

Die Situation in der Zahnmedizin erklärt der Zahnarzt Andreas Kruschwitz, der als Vorstandsmitglied der Kassenzahnärztlichen Vereinigung Nordrhein für die Sicherstellung der zahnmedizinischen Versorgung hierzulande zuständig ist:

„In Deutschland sorgen die Zahnärzte gemeinsam mit den Krankenkassen dafür, dass alle Menschen ganz unabhängig von ihrem Einkommen und ihrer Versicherung eine gute zahnmedizinische Versorgung erhalten können. Wer Beschwerden hat, bekommt die Behandlung, die er braucht. Unsere



ANDREAS KRUSCHWITZ
Vorstandsmitglied, KZV Nordrhein

Patienten sind auch sehr zufrieden mit der kurzen Wartezeit auf einen Zahnarzttermin. Die aktuelle Studie (2018) des Arztbewertungsportals jameda hat kürzlich ergeben, dass sie – egal ob gesetzlich oder privat versichert – die Wartezeit auf den Zahnarzttermin mit der Note 1,46 bewerten.“

FESTZUSCHÜSSE = FREIE THERAPIEWAHL

Müssen einer oder mehrere Zähne ersetzt werden, übernehmen gesetzlich Versicherte einen Teil der Kosten – so hat es der Gesetzgeber bestimmt. Sie erhalten von ihrer Krankenkasse genau festgelegte Zuschüsse zum Zahnersatz.

Diese nennt man befundorientierte Festzuschüsse, weil sich ihre Höhe nach dem vorliegenden Befund richtet. Fest sind sie, weil es – abhängig vom Befund – stets den gleichen Zuschuss gibt, egal, für welche Therapie sich Zahnarzt und Patient entscheiden. Wenn zum Beispiel ein Zahn fehlt, ist der Zuschuss unabhängig davon, wie die Lücke geschlossen wird – ob durch eine Brücke oder durch eine Krone, die auf einem Im-

plantat befestigt ist. Solange es sich um ein medizinisch bewährtes Verfahren handelt, ist der Patient in der Wahl der Behandlung daher genauso frei wie jemand, der die gesamte Behandlung selbst bezahlt oder privat versichert ist. Eine Härtefallregelung sorgt dafür, dass Menschen mit geringem Einkommen nicht auf ihren festen Biss verzichten müssen.

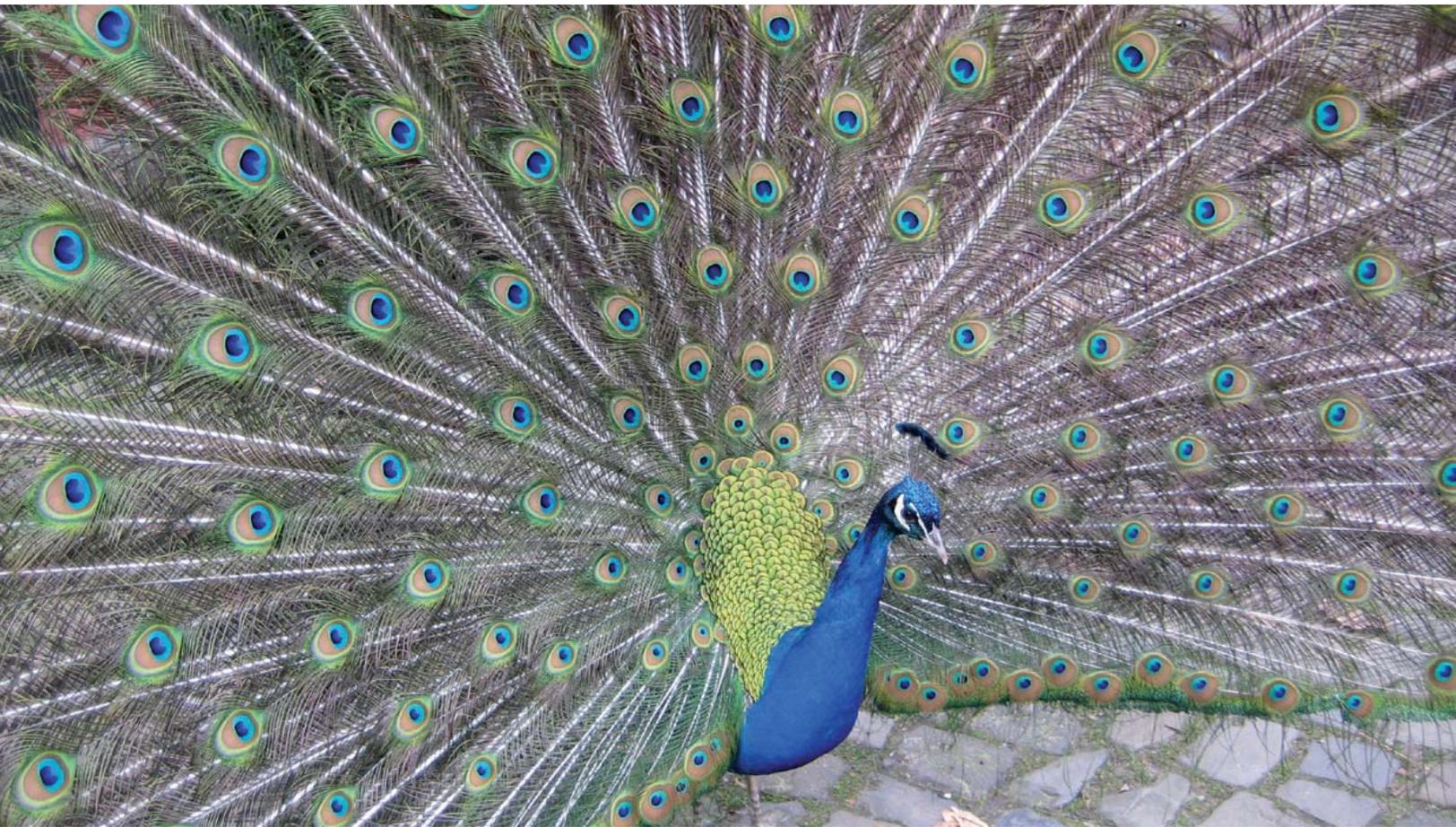
Noch ein Tipp für gesetzlich Krankenversicherte: Der Festzuschuss kann sich bei Vorlage eines korrekt geführten Bonusheftes deutlich erhöhen. Zudem hat jeder auch die Möglichkeit, eine Zusatzversicherung abzuschließen, um den Eigenanteil abzudecken oder ihn zumindest sehr niedrig zu halten.

IM BONUSHEFT DOKUMENTIERT

Bei Versicherten ab dem 18. Lebensjahr, die in den letzten fünf (zehn) Jahren wenigstens einmal zur eingehenden Untersuchung beim Zahnarzt waren, steigt der Festzuschuss um 20% (30%). Kinder und Jugendliche ab dem 12. Lebensjahr müssen mindestens einen Eintrag pro Kalenderhalbjahr vorweisen können.

Mehr unter

www.zahnpatienten.info/kosten

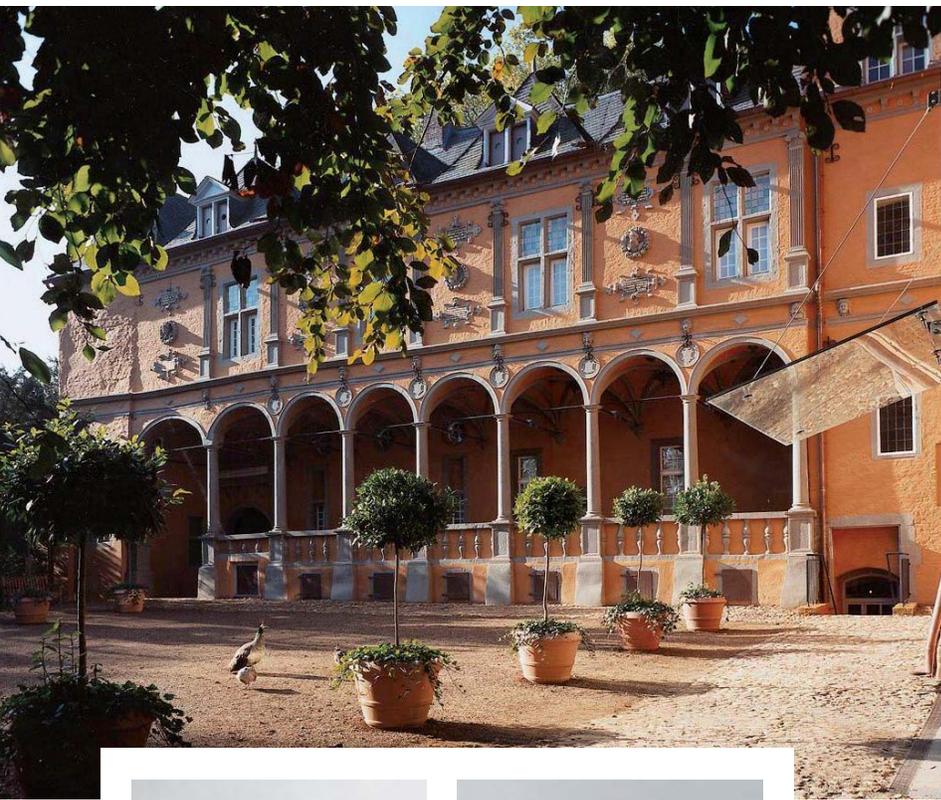


STÄDTISCHES MUSEUM SCHLOSS RHEYDT

Wunderkammer im Renaissance-Schloss

Schon von weitem wird man durch markerschütternde Schreie begrüßt. Nein, die Folterkammer der ehemaligen Burg Rheydt ist schon lange außer Betrieb, auch wenn Teile der wie ein Labyrinth angelegten unterirdischen Befestigung (Kasematten) noch besichtigt werden können.

Die Schreie kommen von den zahlreichen Pfauen, die den Hof des prachtvollen Schlosses beleben. Die einzige komplett erhaltene Renaissance-Anlage am Niederrhein hat auch sonst einiges zu bieten! In der Vorburg ist eine lebendige Ausstellung zur Stadtgeschichte von Mönchengladbach bis in die Gegenwart zu sehen, dazu das Städtische Museum mit seiner umfangreichen Sammlung von Kunst- und Kulturgegenständen der Barockzeit.



BAROCKE MEISTERWERKE UND ANTIKE GLANZSTÜCKE

In der „Wunderkammer“ im Herrenhaus vermitteln handwerkliche Meisterstücke dem Besucher einen Eindruck vom adeligen Leben: Kunstvolles und Seltsames von einer kostbaren Dürer-Stichfolge bis zu Spielutensilien, wissenschaftlichem Gerät und Goldschmiedearbeiten.

Im Gewölbekeller geben Figuren und Gefäße Einblick in die Hochkultur des alten Ägyptens. Amphoren und Schalen aus dem klassischen Griechenland sowie Funde aus der Römerzeit – das alles hat der aus Rheydt stammende Kölner Landgerichtsrat Josef Seuwen im 19. Jahrhundert gesammelt.



STÄDTISCHES MUSEUM SCHLOSS RHEYDT

Schlossstr. 508, 41238 Mönchengladbach

Di. bis Fr. 11 bis 17 Uhr, Sa./So. bis 18 Uhr
Erwachsene 6 €, ermäßigt 4 €, Familien 12 €

Mehr unter www.schlossrheydt.de



Dr. Uwe Neddermeyer

EVENTS IN SCHLOSS RHEYDT (Auswahl)

TÖPFERMARKT:
21.–22. Juli 2018

RITTERFEST:
10.–12. August 2018

HERBSTFESTIVAL:
3.–7. Oktober 2018

