



Sehr geehrte Patientinnen,
sehr geehrte Patienten,

„Gesund beginnt im Mund“ vor allem auch, wenn es um Mundgeruch geht. Ein oft tabuisiertes Thema, bei dem wir als Zahnarztpraxis der erste Ansprechpartner sein sollten. Interessante Aspekte dazu und was man dagegen machen kann haben wir für Sie zusammengestellt.

Vielleicht interessieren Sie sich auch für Apps zum Thema Zahnmedizin. Dazu haben wir Ihnen einige nützliche Tipps zusammengetragen.

Wir hoffen, Ihnen auch diesmal wieder interessante Informationen in unserer aktuellen Ausgabe der Praxisinfo geben zu können. Wir wünschen Ihnen viel Spaß bei der Lektüre.

Ihr zahnärztliches Behandlungsteam

Dr. Matthias Wolfgarten

> Praxis

Hirschstraße 10 [Rathaus Carrée]
70734 Stuttgart-Fellbach
Telefon 0711. 51 04 904
Telefax 0711. 51 04 905

www.zahnarztpraxis-wolfgarten.de

> Sprechzeiten

Montag	9.00 – 12.30 und 13.30 – 18.00
Dienstag	11.00 – 19.00
Mittwoch	7.30 – 12.30 und 13.30 – 16.30
Donnerstag	12.00 – 20.00
Freitag	7.30 – 13.30
Samstag	nach Vereinbarung

Mundhygiene

Mundgeruch – ein häufiges Problem

Mundgeruch (Halitosis) ist ein weitreichendes Problem, das Männer wie Frauen jeden Alters betrifft. Studien zeigen, dass bis zu 50 Prozent aller Menschen an ihrem schlechten Atem leiden. Die meisten Menschen, die Mundgeruch haben, sind sich dessen jedoch nicht bewusst.

Mundgeruch entsteht im Mund

Eine falsche Annahme ist, dass Mundgeruch im Magen entsteht. In Wirklichkeit hat er seinen Ursprung in 90 Prozent der Fälle in der Mundhöhle.

Auf der Zunge und in den Zahnfleischtaschen können sich geruchsbildende Bakterien vermehren, die Nahrungspartikel zerlegen und dadurch übelriechende Schwefelgase produzieren.

Morgendlicher Mundgeruch betrifft fast jeden und wird durch verminderten Speichelfluss verursacht, der zu erhöhtem Bakterienwachstum führt.

Weitere Risikofaktoren sind Karies, mangelhafte Füllungen, Kronen und Brücken oder ungepflegter Zahnersatz, aber auch



Zungenreiniger zur Beseitigung von Bakterienbelägen
(Quelle: Curaprox)

Mundtrockenheit (durch Rauchen, Stress, Alkoholkonsum, bestimmte Medikamente oder geringe Flüssigkeitsaufnahme durch Diäten).

Um Mundgeruch vorzubeugen, ist eine gründliche Mundhygiene unvermeidbar. Dazu gehört zweimal tägliches Zähneputzen mit Interdentalarraumreinigung (Zahnseide oder Zahnzwischenraumbürsten) und die Zungenreinigung (Zungenreiniger). Zusätzlich können Sie in kurzer Zeit durch spezielle Mundspüllösungen (Meridol Halitosis) den Atem beeinflussen. Ansprechpartner für Patienten sollte immer der Zahnarzt sein. Durch einfache Maßnahmen kann Ihnen in der Zahnarztpraxis schnell geholfen werden.

Thema: mobile Apps (J. Stumpf)



Was bringen Apps zum Thema Zahngesundheit für iPhone, iPad und Co?

Mobiles Internet in Zeiten von Smartphone und Tablet-PCs spielt heutzutage eine immer größere Rolle. Mit den kleinen

Spezialprogrammen, den sog. „Apps“, kann man sich unterwegs rasch und unkompliziert über den aktuellen Stand der Zahnmedizin informieren.

Laufend kommen neue Apps heraus und bieten vielfachen Nutzen für Zahnärzte und Patienten. Von Animationen über Zahnimplantate über Zahnputzhilfen für die Kleinen bis zur mobilen Zahnarztsuche ist alles dabei. Oder möchten Sie Ihr Wissen zum Thema Dentalmedizin testen? Kein Problem, auch da wird man fündig.

Für alle, die jetzt „Appetit“ bekommen haben, stellen wir hier ein paar Programme zum Thema Zahngesundheit vor.

> Bitte lesen Sie weiter auf Seite 2



proDente Zahnlexikon (*proDente*)
für iPhone, iPad – erläutert
zahlreiche zahnmedizinische
Fachbegriffe anhand von Fotos
und Filmsequenzen. Preis: gratis



animiertes Zahnquiz
(*Alexander Mokrushin*)
für iPhone, iPad – anspruchsvolles,
gut gemachtes Fragespiel
rund um zahnmedizinische
Themen mit viel Bildmaterial
und großem Lerneffekt.
Preis: € 1,59



Parodontitis Selbsttest (*DGP*)
für iPhone, iPod touch, iPad –
Selbsttest zur Abschätzung
einer Zahnfleischerkrankung
(Parodontitis). Preis: gratis



Meine Zahnbürste (*Blue Box*)
für iPhone, iPad – nützliche
Zahnputz-Hilfe für Kinder mit
Timer, zahlreichen Funktionen
und Animationen. Preis: € 0,79



**Zahnarztsuche
Baden-Württemberg** (*LZK*)
für iPhone und Android – mobile
Suche registrierter vertrags-
zahnärztlicher Praxen und aller
Privatpraxen in Ba-Wü.
Preis: gratis

Diese neue App ist kostenfrei erhältlich im
iTunes-Store in der Rubrik „Medizin“ unter „Neue
Apps“ sowie bei Android Market. Eine detaillierte
Erläuterung der Funktionalität der neuen App
finden Sie unter: www.zahnaerzteblatt.de oder im
Webauftritt der LZK BW www.lzk-bw.de
unter Zahnarztsuche.

Für i-Phone: Halten Sie einfach Ihr
i-Phone mit QR-Scan-Funktion auf
das QR-Feld, so können Sie sich die
neue App kostenfrei herunterladen.



Top-Thema: Prothesen

Prothesenreinigung

Genauso wie an natürlichen Zähnen bildet sich auch an Zahnprothesen Zahnstein und Zahnbelag. Besonders an den schlecht zugänglichen Stellen, an sogenannten Retentionsnischen wie Klammern und Geschieben, bleiben Speisereste hängen. Um Entzündungen und Schädigungen der Restzahnschleimhaut vorzubeugen, müssen also auch die „Dritten“ sorgsam gepflegt werden. Mundgeruch kann als Folge einer vernachlässigten Hygiene entstehen. (Teil-) Prothesenträger sollten nach jedem Essen die Prothese unter fließendem Wasser abspülen und reinigen. Es ist sinnvoll, wenn Teilprothesenträger zuerst mit dem Zahnersatz im Mund die Zähne putzen. Oft können dadurch endständige Zähne oder Zahnzwischenräume leichter mit den Interdentalbürsten erreicht werden. Im zweiten Schritt werden Zähne und Zahnersatz getrennt voneinander gereinigt. Bitte legen Sie immer ein Tuch in das

Waschbecken oder füllen Sie es zur Hälfte mit Wasser, um einen Prothesenbruch beim versehentlichen Fallenlassen zu vermeiden. Fassen Sie die Prothese am stabilen Kunststoffteil, nicht an den graziilen Klemmern, da sich diese verbiegen können. Spezielle Prothesenbürsten erleichtern die mechanische Reinigung, die Borsten sind so angeordnet, dass alle Bereiche der Protheseninnen- und -außenseite gut erreicht werden. Geschirrspülmittel, milde flüssige Seife oder spezielle Pasten aus der Apotheke eignen sich zur Reinigung. Bitte legen Sie die Prothese nicht mit Brausetabletten ein. Diese greifen den Kunststoff an, machen ihn porös und somit anfälliger für Verfärbungen und ungewollte Ablagerungen. Wer manuell nicht mehr so geschickt ist, kann darüber nachdenken, sich ein spezielles Ultraschallgerät für die Reinigung anzuschaffen. Diese erhält man in gut sortierten Haushaltwarengeschäften.

Wenn Beläge und Verfärbungen mit der Zeit sehr fest werden und die Prothese unansehnlich wird, kann sie im Labor durch den Zahntechniker professionell gereinigt werden. Durch abschließende Hochglanzpolitur ist sie dann wieder optimal gegen Schmutz versiegelt.

Tipps: Prothesen vor dem Reinigen immer einige Minuten trocknen lassen, dann wird der Schmutz besser sichtbar. Eine gute Lichtquelle im Bad ist wichtig. Verwenden Sie spezielle Prothesenbürsten.



„Fester Biss, auch für Prothesenträger“



Stellen Sie sich vor, Sie haben eine Einladung von Freunden oder der Familie in ein gutes Restaurant bekommen, und trauen sich nicht etwas zu essen, weil Ihr Zahnersatz locker ist. Vielen Patienten

mit herausnehmbaren Prothesen ist das Essen in der Öffentlichkeit unangenehm, weil sie Angst davor haben, jemand bemerkt, dass sie einen Zahnersatz tragen. Sehr oft haben Patienten mit lockeren Prothesen auch Magenprobleme, da das Kauen der Speisen nicht richtig möglich ist. In diesen Fällen kann mit Implantaten Abhilfe geschaffen werden. Es ist heute immer möglich, Prothesen auf Implantaten zu verankern und das sogar bei weit fortgeschrittenem Kieferknochenabbau. Individuell auf die Bedürfnisse der Patienten abgestimmt, gibt es die unterschiedlichsten Möglichkeiten Zahnersatz auf den Implantaten zu befestigen. Von einfachen

Kugelknopfverankerungen über Teleskopverankerungen bis hin zu aufwendigen Stegverankerungen oder Verschraubungen ist heute alles möglich. Eines haben aber alle Versorgungsmöglichkeiten gemeinsam: Die Patientenzufriedenheit im Vergleich zu einfachen Prothesen ist um ein Vielfaches höher und die Patienten können wieder mit einem gutem Gefühl alle Speisen sicher kauen. Aufgrund unserer langjährigen Erfahrung mit Implantatbehandlungen können wir Ihnen auch bei sehr schwierigen Verhältnissen Lösungen anbieten, die auch Ihren Kaukomfort verbessern werden. Gerne können Sie uns unverbindlich zu Lösungswegen für Ihr Problem ansprechen.