

ZAHNBOTE

01/2013



Schutzgebühr: 3 €

EIN ARBEITSTAG IN DER PRAXIS

Tagebuch einer ZFA

Seite 6

SCHIEFE ZÄHNE MÜSSEN NICHT MEHR SEIN

Kieferorthopädie

Seite 13

BLASSROSA ODER BLUTROT?

Interview mit Prof. Schlagenhaut

Seite 7

MEHR ALS WELLNESS FÜR DIE ZÄHNE

Professionelle Zahnreinigung

Seite 16

LIEBE, SEX UND GESCHLECHTSKRANKHEITEN

Vermeiden, vorbeugen, erkennen

Seite 11

ERNÄHRUNG UND KARRIERE

Bewusst essen und trinken

Seite 17



LIEBE LESER!

Bunt, vielfältig und abwechslungsreich – so präsentieren wir Ihnen in unserem neuen Magazin interessante Themen rund um die Zahnmedizin. Die Ästhetik des Gesichts und das Aussehen von Mund und Zähnen sind wichtig geworden für den Erfolg im Beruf und im Privatleben. Ein attraktives und sympathisches Äußeres wird immer mehr zum Erfolgsfaktor, wie psychologische Untersuchungen zeigen. Steinbruch und Desaster hinter schönen Lippen – das geht nicht mehr.

Lachen mit gesunden und geraden Zähnen wird hierzulande immer mehr eine Selbstverständlichkeit. Bei Mona Lisa war das noch anders, weshalb sonst hält sie ihre Lippen so fest geschlossen? Lückengebisse und Zahnlosigkeit sind im öffentlichen Bild bei uns selten geworden. Das ist in vielen Ländern Europas anders, Urlaubsreisen in südliche Gefilde zeigen es. Europaweit stehen die Deutschen mit an der Spitze bei der Zahnversorgung. Prophylaxe im Elternhaus, im Kindergarten oder in der Schule und natürlich in der Zahnarztpraxis – all das zusammengenommen hat bewirkt, dass sich die Mundgesundheit dramatisch gebessert hat. Wir „Zahnärzte in/um Rottweil“ arbeiten mit unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern für Sie daran.

Aus Verbundenheit mit unserer Region und um unseren Patienten die optimale Versorgung und den besten Service anbieten zu können, haben wir „Zahnärzte in/um Rottweil“ uns zusammengeschlossen. Und so treten wir auch auf der Ausbildungsmesse „starter“ vom 21. – 22. Juni 2013 in Rottweil gemeinsam auf. Wir freuen uns auf Ihren Besuch an unserem Stand im Foyer der Stadthalle!

Ihr



Z.A. n
Dr. Reinhard J. Schugg
für „Zahnärzte in/um Rottweil“



Britta Lüttjohann

Auszubildende zur Zahnmedizinischen Fachangestellten (ZFA) im 1. Jahr

Warum ZFA?

Ich habe mich für den Beruf der ZFA entschieden, da ich die Anatomie der Mundhöhle sehr interessant finde und gerne mit anderen Menschen zusammenarbeite. Der ständige Kontakt mit Menschen bringt Vielfalt und Abwechslung in meine Ausbildung.

Was gefällt Ihnen bei Ihrer Tätigkeit am meisten?

Das Aufgabengebiet im 1. Lehrjahr ist schon sehr vielfältig. Dazu gehört die Assistenz am Stuhl, das Entwickeln der Röntgenbilder und Terminvergabe mittels PC und das Führen von Telefonaten.

Was machen Sie in Ihrer Freizeit?

In meiner Freizeit treibe ich gerne Sport, puzzle und beschäftige mich mit meinem PC zu Hause.

Monique Kutzler

Auszubildende im 1. Jahr

Warum ZFA?

Ich mag die Teamarbeit und die abwechslungsreichen Aufgabengebiete. Außerdem gibt es gute Fortbildungsmöglichkeiten.

Was gefällt Ihnen bei Ihrer Tätigkeit am meisten?

Die Betreuung der Patienten und der Umgang mit Menschen im Allgemeinen gefallen mir am besten. Sehr gerne arbeite ich als Behandlungsassistentin.

Was machen Sie in Ihrer Freizeit?

Fußball spielen beim FV08 Rottweil, Snowboarden, Joggen und Zeit mit Freunden verbringen.

Tanja Friesen

Auszubildende im 2. Jahr

Warum ZFA?

Die Ausbildung in einer Zahnarztpraxis habe ich mir wegen der großen Vielfältigkeit ausgesucht. Man ist ständig in Kontakt sowohl mit älteren als auch jüngeren Patienten. Als ich meinen Schulabschluss gemacht habe, war mir nicht bewusst, was ich genau machen wollte, ich wusste nur, dass es ein sozialer Beruf sein sollte. Bei einem Praktikum in einer Zahnarztpraxis habe ich gemerkt, dass genau das meine zukünftige Arbeitswelt ist. Das wollte ich machen.

Was gefällt Ihnen bei Ihrer Tätigkeit am meisten?

Am meisten gefällt es mir, an der Anmeldung zu sein, Patienten aufzunehmen und Termine mit ihnen zu vereinbaren. Aber auch im Zimmer zu helfen und zu sehen, dass es den Patienten nach der Behandlung wieder besser geht, bereitet mir große Freude.

Was machen Sie in Ihrer Freizeit?

In meiner Freizeit verbringe ich viel Zeit mit meiner Familie. Ich beteilige mich in meiner Gemeinde in einem Kirchenchor. Schwimmen sowie Fahrradfahren gehören zu meinen Hobbys. Wichtig ist, dass man außerhalb der Arbeitszeiten Sport macht, damit man fit bleibt.

Nadine Haas

ZFA, Prophylaxe-Assistentin

Warum ZFA?

Bei der Berufswahl war klar, dass ich einen sozialen Beruf erlernen möchte. Da ich den Umgang mit Menschen interessant finde und es mir Freude bereitet, mich auf verschiedene Persönlichkeiten einzustellen. Vor allem, dass ich meinen Teil dazu beitragen kann, Menschen helfen zu können.

Was gefällt Ihnen bei Ihrer Tätigkeit am meisten?

An meiner Tätigkeit gefällt mir, dass ich mit verschiedenen Menschen und Persönlichkeiten Kontakt habe. Es ist immer eine individuelle Situation, auf die man sich einstellt, die den Beruf lebendig und interessant gestaltet. Den Aufgabenbereich, der sich daraus ergibt, empfinde ich als

vielseitig. Auch die verschiedenen Weiterbildungsmöglichkeiten lassen es zu, in der Praxis selbständig arbeiten zu können.

Was machen Sie in Ihrer Freizeit?

In meiner Freizeit steht für mich meine Familie im Vordergrund. Wir kochen gerne und verbringen gemütliche Abende zusammen. Freizeitgestaltungen wie Angeln, Tanzen, Shoppen und Skifahren kombiniere ich mit Familie und Freunden.

Alexandra Schaible

ZFA, seit 4 Jahren Prophylaxe-Assistentin, Anmeldung

Warum ZFA?

Da ich einen Beruf wollte, in dem ich meine Stärke, mit Menschen zusammenzuarbeiten, einbringen wollte.

Was gefällt Ihnen bei Ihrer Tätigkeit am meisten?

Sie ist abwechslungsreich, vielfältig und immer interessant. Zudem wird man zu 100 % gefordert und gebraucht. Das gibt einem ein tolles und erhabenes Gefühl.

Was machen Sie in Ihrer Freizeit?

Ich bin sehr aktiv im Tierschutz tätig, was viel meiner freien Zeit in Anspruch nimmt. Zudem bin ich gerne und bei jedem Wetter in der Natur, treibe Sport und gehe mit meinem Hund und Anderen aus dem Tierschutzverein spazieren und auf den Hundeplatz.

Steffi Gschwind

ZFA, seit 13 Jahren an der Praxis-Rezeption

Warum ZFA?

Weil es ein vielseitiger Beruf ist und mir der Umgang mit Menschen Spaß macht.

Was gefällt Ihnen bei Ihrer Tätigkeit am meisten?

Der Umgang mit Menschen, die Praxisorganisation, die zahnärztliche Abrechnung und die Materialbestellung. Außerdem macht es Spaß, das Verbindungsglied zwischen der Praxis, den Patienten, Lieferanten und dem Meisterlabor zu sein.

Was machen Sie in Ihrer Freizeit?

Ich bin gerne mit meinem Hund in der Natur, außerdem lese ich sehr gern.

SIE SIND GEFRAGT!

Im Mittelpunkt: Der Zahn! Ohne Zähne kein Biss, kein Gebiss. Der Mund als Heimat des Kauorgans, ja so kann man es nennen. Aber zum Kauorgan gehört mehr: Zahnfleisch, Knochen, Kiefer, nicht zu vergessen: ca. 40 Kaumuskel und zwei Gelenke. Ganz schön viel, aber das Kauorgan leistet beachtliche Schwerarbeit. Über 20.000 Gramm kann die Kaumuskulatur auf die Backenzähne bringen. Gerüstet für den Ernstfall, wie das verbrannte Steak oder die harte Nuss. Nicht sichtbar: Die Mundflora. Eine Vielzahl von Bakterien leitet im Mund die erste Stufe der Verdauung ein. Und neben diesen nützlichen existiert noch eine gemeine Gruppe schädlich-bösartiger Keime. Karies und Parodontitis heißen die Bedrohungen für Zähne und Zahnfleisch bzw. Knochen.



„Ein Beruf für die Zukunft? Eindeutig ja!“

Fachzahnarzt für Kieferorthopädie
Dr. Reinhard J. Schugg

Wer hilft? Der Zahnarzt und seine Mitarbeiter, die Zahnmedizinischen Fachangestellten (ZFA). Bunt und vielseitig ist dieser Assistenzberuf geworden. Die moderne Zahnarztpraxis bietet eine Vielzahl neuer Behandlungsmethoden. Die Versorgung und Ausstattung der Zahnarztpraxen mit Materialien, Geräten und Technik bewegt sich international auf höchstem Qualitätsniveau. Das fordert das gesamte Behandlungsteam. Kompetenz in allen Bereichen, auch in Fragen der Kommunikation und Organisation, von Hygiene und Prophylaxe, neue digitale Röntgentechniken, Implantologie ... es gibt viel Neues! Mitten dabei: Die Mitarbeiter des Zahnarztes. Auch an sie sind die Ansprüche mit zunehmender Entwicklung der Zahnarztpraxen gestiegen.

Gefragt ist die sprachlich und manuell geschickte, interessierte Mitarbeiterin mit Talent für Organisation und Menschenführung. Ein spannendes Arbeitsfeld, täglich neu Menschen zu behandeln, zu führen, zu betreuen. Egal ob jung oder alt. Ein Beruf für die Zukunft? Solange es keine Impfung gegen Karies, Parodontitis und Zahnverlust gibt: Eindeutig ja! Weltweit ist dieser Assistenzberuf gefragt, nicht nur bei „Zahnärzten in/um Rottweil“.

Neugierig geworden? Unter www.zahnbote.de finden Sie unsere Praxen. Interesse an einer Schnupperstunde? Wir geben gern Einblick in unseren Praxisalltag. Auch männliche Interessenten für diesen Beruf sind willkommen!

02/Organisation

Termine koordinieren, Patienten aufnehmen und betreuen - nur so ist ein reibungsloser Ablauf möglich

01/Kommunikation

ZFA erklären den Ablauf der Behandlung und informieren beispielsweise über Mundhygiene

04/Röntgen

Kenntnisse in Strahlenschutz sind sehr wichtig, um Röntgenaufnahmen anfertigen zu können

03/Assistenz

Bei vielen Abläufen assistieren ZFA und betreuen Patienten vor, während und nach der Behandlung

DER DEFIBRILLATOR AUS ROTTWEIL



www.primedic.com



PRIMEDIC™
Saves Life. Everywhere.

EIN PRAXISTAG IN meiner AUSBILDUNG

7:30 **Ankunft in der Praxis, Umziehen.** Alle haben die gleichen Farben (Corporate Identity): weiße Hose und farbiges Shirt. Im Behandlungszimmer: Einräumen der am Vorabend sterilisierten Instrumente. Am Behandlungsstuhl: Vorbereiten der Instrumente auf dem Tray (Tablett).

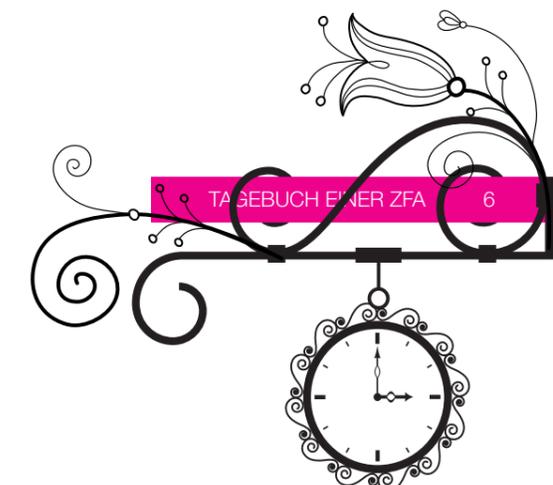
7:45 **Morgenbesprechung.** Das gesamte Team geht kurz den Tagesablauf durch. Gibt es Besonderheiten zu beachten? Schwierige Chirurgie-Fälle? Wann kommt das Labor mit den fertigen Zahntechnik-Arbeiten für den Patienten um 11 Uhr?

8:00 **Der erste Patient** wird ins Behandlungszimmer begleitet, er bekommt eine Papierserviette umgelegt, ich fülle den Becher mit Wasser und bringe die Absaug-Kanülen an. Der Chef beginnt mit der Behandlung, während ich alles am PC dokumentiere. Außerdem assistiere ich bei der Behandlung. So lerne ich nebenbei die notwendigen Handreichungen und Instrumente beim Bohren, Legen einer Füllung oder beim Implantieren. In den Behandlungspausen kümmere ich mich um das Wohlergehen des Patienten, sehe im Wartezimmer nach, räume auf und lüfte. Nach der Behandlung vereinbare ich mit dem Patienten einen Folgetermin am PC/Terminbuch. Parallel dazu wird bereits die Behandlungseinheit gereinigt und für den nächsten Patienten vorbereitet. Für jeden ganz individuell, je nach geplanter Behandlung.

10:35 **Ein Patient ohne Termin, aber mit Schmerzen** kommt in die Praxis! Schmerzpatienten, die ohne Termin kommen, werden sofort behandelt, was den „normalen“ Ablauf manchmal durcheinanderbringen kann. Die nachfolgenden Patienten wollen ja auch termingerecht drankommen. So planen wir immer kleine Zeitpuffer dafür ein.

11:15 **Wir sind wieder im Zeitplan!** Vor jedem Patienten: entsprechende Patientenkarte bereitlegen, Instrumente für die geplante Behandlung vorbereiten und evtl. die zum Einsetzen fertigen Zahnersatzarbeiten bereitstellen. Nach jedem Patienten: gebrauchte Instrumente und Bohrer ins Reinigungsbad, Desinfizieren des Behandlungsstuhles und Vorbereiten für den nächsten Patienten. Schnell, aber gründlich, darauf legt mein Chef wert. Der Patient soll spüren und sehen, wie wichtig uns Hygiene innerhalb und außerhalb des Mundes ist.

12:15 **Endlich Mittagspause,** ich habe Hunger. Vom Bäcker zwei Sandwiches und eine Apfelschorle, jetzt ist Zeit für den Schwatz mit den Kolleginnen, schön.



14:00 **Am Nachmittag habe ich, es ist Mittwoch,** eine Zusatzaufgabe. Die Helferin der Anmeldung hat heute frei. Deshalb bediene ich das Telefon, empfangen die Patienten und lese die Krankenversicherungskarten in den Praxis-PC ein. Das ist einmal im Quartal erforderlich. Wir sind alle froh, dass seit kurzem die Praxisgebühr abgeschafft ist.

15:45 **Ein neuer Patient, er war noch nie da.** Nach dem Ausfüllen des Anamnesebogens führe ich ihn in unser Wartezimmer, weise ihn auf Zeitschriften und Getränke hin. Er soll gleich einen guten Eindruck von Praxis und Team bekommen. Zwischendurch: Telefonat mit dem zahntechnischen Labor, wird die Krone bis morgen fertig? Die Patientin muss sonst umbestellt werden.

16:15 **Eine Störung in Behandlungszimmer 2:** ein Mikromotor streikt und der Chef kann nicht mehr bohren. Schnell das Dentaldepot telefonisch benachrichtigen, um einen Techniker zu schicken. Hoffentlich reicht das bis morgen früh, bis zum ersten Patienten? Am Ende des Arbeitstages gibt es noch eine Menge aufzuräumen, zu putzen. Instrumente reinigen, desinfizieren und dann in den Steri. Morgen brauchen wir wieder saubere und sterile Instrumente und Bohrer. Sind alle Karteikarteneinträge vollständig? Hat jemand für morgen abgesagt? Dann noch schnell jemand telefonisch erreichen und umbestellen, Lücke füllen.

18:15 **Geschafft!** PCs herunterfahren, Rollläden herunter, Heizung zurückstellen und Lichter aus. Ganz am Schluß: Elektro-Hauptschalter ausschalten darf nie vergessen werden. Die moderne Technik einer Zahnarztpraxis ist empfindlich. Nach dem Umziehen: Feierabend, entweder nach Hause oder vielleicht doch noch ein Eis essen in der Stadt? Freue mich auf morgen, Praxis nur bis zur Mittagspause. Und am Freitag dann in die Berufsschule, das ist Abwechslung, wie ich sie mag.

„Schnell, aber gründlich, darauf legt mein Chef wert.“

Luise Schneckenburger
(1. Lehrjahr)



„Gründliche Hygiene innerhalb und außerhalb des Mundes ist sehr wichtig.“

Zahnarzt Carsten Engelhardt



BLASSROSA ODER BLUTROT?

Die Welt der Zahnmedizin ist vielfältig, interessant und ist nicht nur in der Zahnarztpraxis, sondern auch in Forschung und Lehre zu erleben. Wir haben Herrn Prof. Schlagenhaut, den Leiter der Abteilung für Parodontologie an der Universitätszahnklinik Würzburg, zudem über viele Jahre Präsident der Deutschen Gesellschaft für Parodontologie, zu einigen spannenden Themen befragt.

Redaktion: Herr Prof. Schlagenhaut, was sagt dem Zahnarzt bzw. der Prophylaxehelferin die Farbe des Zahnfleisches?

Prof. Schlagenhaut: Da gibt es eine simple Unterscheidung: **Gesundes Zahnfleisch ist blassrosa** und nicht geschwollen. **Entzündetes Zahnfleisch hat eine dunkelrote Färbung** aufgrund der verstärkten Durchblutung. Aber Vorsicht: Menschen aus südlicheren Ländern haben häufig eine dunkel pigmentierte Schleimhaut. Da sieht das Zahnfleisch an manchen Stellen bräunlich aus. Das ist jedoch völlig normal und gesund.

Red.: Sind Erkrankungen des Zahnfleisches mehr bei Erwachsenen festzustellen oder gibt es diese Probleme auch schon bei Jugendlichen?

PS: Die **Mehrzahl der Menschen** bekommt **erst jenseits des 40. Geburtstags ernsthafte Zahnfleischprobleme**. Aber parodontale Probleme können bei Risikopatienten bereits ab oder sogar schon vor der Pubertät auftreten. Daher sollte man das Zahnfleisch **auch schon bei 13-Jährigen** sondieren und nicht nur auf eine mögliche Karies an den Zähnen schauen.

Red.: Wie können Zahnfleischerkrankungen behandelt werden? Reicht dazu eine bessere Mundhygiene?

PS: Die Ursache von Zahnfleischerkrankungen ist nicht fehlendes Zähneputzen, sondern eine **Störung** der Funktion **des oralen Immunsystems**. Mit einer sorgfältigen Mundhygiene kann man aber die Auswirkung einer solchen Störung auf die Zahngesundheit in vielen Fällen gut ausgleichen. Eine starke Störung des Immunsystems, verursacht etwa **durch regelmäßiges Rauchen**, kann man jedoch auch durch beste Mundhygiene nicht einfach wegputzen.

Hier hilft nur Umstellung der Lebensgewohnheiten, wenn man auch noch mit 70 mit eigenen Zähnen kräftig zubeißen möchte.

Red.: Welche Rolle spielen Bakterien und andere Keime bei Parodontalerkrankungen?

PS: Spezifische anaerobe Bakterien, die man üblicherweise nicht im Mund von Gesunden findet, provozieren unseren Körper zu einer Entzündungsreaktion, die nachfolgend chronisch den Zahnhalteapparat zerstört. Aber man hat lange Zeit Ursache mit Wirkung verwechselt. Erst **wenn die natürlichen Schutzmechanismen im Mund versagen, kommt es zum Überwachen dieser Problembakterien und dem Auftreten einer Entzündung**.

Red.: Eine Frage, die sicher viele interessieren dürfte: Ist Küssen gefährlich? Können böse Keime durch Küssen übertragen werden und mich infizieren?

PS: Bei intensivem Küssen wird immer Speichel und damit auch Bakterien übertragen. Ist mein Immunsystem aber gesund und fit, werden es **beim Küssen oder Trinken aus dem gleichen Glas** übertragene Bakterien **nicht schaffen**, mich **krank zu machen**. Nur innerhalb von Familien kann es passieren, dass ein parodontal krankes Elternteil seine genetisch bedingte Anfälligkeit an die **Kinder vererbt** und diesen durch den **engen familiären Kontakt** auch die krankmachenden Keime überträgt. Das Auslösen einer Parodontitis durch eine Übertragung zwischen den Eltern selbst ist eher selten, da der parodontal gesunde Partner vom parodontal kranken Partner wie bereits erwähnt nur die krankmachenden Bakterien erhält, nicht aber die für die Krankheitsentstehung notwendige Anfälligkeit oder **Fehlfunktion des Immunsystems**.

Red.: Herr Prof. Schlagenhaut, Sie verwenden zur Behandlung einer schweren Parodontitis „Cocktails“. Sicher meinen Sie damit nicht Partygetränke, oder?

PS: Bei sehr schwerer Parodontitis mit tiefen entzündeten Taschen hat man früher entweder radikalchirurgisch das entzündete Zahnfleisch weggeschnitten oder die betroffenen Zähne als hoffnungslos angesehen und gleich extrahiert. Heute können in vielen Fällen auch schwer parodontal vorgeschädigte Zähne durch eine **sorgfältige nichtchirurgische Reinigung** der tiefen Zahnfleischtaschen in Verbindung mit einer systemischen Antibiotikatherapie erhalten werden. Die hierbei übliche Antibiotikamischung aus Amoxicillin und Metronidazol wird gerne nach ihrem Entwickler Professor Arie van Winkelhoff von der Universität Amsterdam als **„van Winkelhoff-Cocktail“** bezeichnet.

Red.: Wäre es nicht prima, wenn es eine Impfung gegen Karies und gegen Parodontitis gäbe? Wie weit ist hier die Wissenschaft?

PS: Solange man davon ausging, dass Karies und Parodontitis wie eine Infektionskrankheit durch spezielle virulente Bakterien verursacht werden, war die Entwicklung einer Impfung ein allgemein gehegter Wunsch aller präventiv denkenden Zahnärzte. Heute aber wissen wir, dass speziell die Parodontitis eine opportunistische Infektion ist, bei der eine ganze Reihe von Bakterien eine gewebserstörende Entzündung auslösen können. Gegen alle diese einen **Impfstoff zu entwickeln ist sehr schwierig** bis

unmöglich. Aktuell laufen bereits vielversprechende Projekte zur Entwicklung von Impfstoffen etwa gegen den allgemein bekannten Parodontitiskeim Porphyromonas gingivalis. Käme ein solcher wirksamer Impfstoff auf den Markt, wäre er sicher eine interessante Ergänzung der bisherigen Therapie, würde aber **nicht** wie etwa die Impfung gegen Pocken oder Kinderlähmung das Risiko für eine Erkrankung **vollständig eliminieren** können.

Red.: Also müssen wir vorerst weiter Zähneputzen, um Zähne und Zahnfleisch gesund zu erhalten? Welche Tipps würden Sie speziell jungen Leuten geben?

PS: Neben regelmäßigem und sorgfältigem Zähneputzen ist ein gesundheitskompatibler Lebensstil zentral wichtig. Leider bezahlt man für seine gesundheitlichen Jugendsünden wie etwa das Kettenrauchen erst Jahrzehnte später. Aber **der Körper vergisst nichts**. Aktuell diskutieren viele Forscher das Konzept des sogenannten Inflammagings. Dies besagt, dass der **Alterungsprozess**, dem wir alle ausgesetzt sind, von der Häufigkeit chronischer Entzündungen in unserem Körper beeinflusst wird. **Je mehr Entzündungsprozesse** ich mir bereits in jungen Jahren durch Rauchen oder falsche Ernährung einhandele, **umso schneller werde ich alt**. Die Gesichter von zwei 20-jährigen Frauen, von denen eine stark raucht und die andere nicht, sind üblicherweise beide glatt und rosig. Zwanzig Jahre später ist die beschleunigende Wirkung der Entzündung auf das Altern im Gesicht einer 40-jährigen regelmäßigen Raucherin aber für alle klar erkennbar. **Es lohnt also schon, sich in der Jugend darüber Gedanken zu machen**, wie ich im reiferen Erwachsenenalter aussehen möchte.

Red.: Zum Schluss noch eine persönliche Frage: Was verbindet Sie mit Rottweil?

PS: Vor vielen Jahren hatte ich mich intensiv in eine Rottweilerin verliebt und lernt so auch den ganz **besonderen Charme** ihrer Geburtsstadt kennen und lieben. Wie häufig im Leben war die Beziehung zu meiner damaligen Lebenspartnerin leider nur von begrenzter Dauer, aber die besondere Sympathie für **Rottweil** ist geblieben. Und so freue ich mich sehr, dass mir die langjährige Freundschaft mit Dr. Schugg immer wieder die Gelegenheit gibt, nach Rottweil zu kommen.

Red.: Herr Prof. Schlagenhaut, wir danken Ihnen für dieses Gespräch. Jetzt wissen wir: Vornehme Blässe spricht für gesundes Zahnfleisch.



„Durch Rauchen, Diabetes und mangelhafte Mundhygiene droht Zahnausfall!“

Zahnarzt und Parodontologe
Professor Dr. Ulrich Schlagenhaut



**Praxis für Zahnheilkunde
Dr. Carmen Brändle**

Schramberger Straße 24/1
78628 Rottweil
Tel.: 0741 / 34 85 830
Fax: 0741 / 34 85 869
mail@carmenbraendle.de
www.carmenbraendle.de



**Fachzahnarzt für Oralchirurgie
Dr. Wolfgang Bleise**

Königstraße 27
78628 Rottweil
Tel.: 0741 / 13 111
Fax: 0741 / 15 070
kontakt@dr-bleise.de
www.dr-bleise.de



**Zahnarzt
Dr. Andreas Mager**

Pfarrgasse 2
78628 Rottweil
Tel.: 0741 / 53 420
Fax: 0741 / 53 42 12
info@zahnarzt-mager.de
www.zahnarzt-mager.de

Gesündere Zähne lebenslang!



www.Zahnarzt-Engelhardt.de

**Zahnarzt
Carsten Engelhardt**

Ruhe-Christi-Straße 5
78628 Rottweil
Tel.: 0741 / 94 99 00 99
info@zahnarzt-engelhardt.de
www.zahnarzt-engelhardt.de

**Praxis für Zahnheilkunde
Dr. med. dent. Jürgen T. Peter, M.Sc.**

Paracelsushaus
Königstraße 35
78628 Rottweil
Tel.: 0741 / 17 55 075
praxis@dr-peter.com
www.dr-peter.com



**Fachzahnarzt für Kieferorthopädie
Dr. Reinhard J. Schugg**

Königstraße 25
78628 Rottweil
Tel.: 0741 / 12 020
Fax: 0741 / 12 026
info@dr-schugg.de
www.dr-schugg.de



**Zahnarzt
Harald Hoffmann**

Württembergischer Straße 31
78628 Rottweil
Tel.: 0741 / 17 45 942
Fax: 0741 / 17 45 943

**Zahnarzt
Dr. med. dent. Hartmut Siefert**

Im Himmelreich 6
78628 Rottweil
Tel.: 0741 / 15 064
Fax: 0741 / 14 996
info@praxis-siefert.de
www.praxis-siefert.de

DR. MED. DENT.
HARTMUT SIEFERT
ZAHNARZT



LIEBE, SEX UND GESCHLECHTSKRANKHEITEN

Liebe und Sex sind ziemlich eng miteinander verbunden. Inzwischen wird man von allen Seiten ausführlichst darüber aufgeklärt, wie man erfolgreich eine Schwangerschaft verhindern kann. Das richtige Anwenden von Pille, Kondom, Verhütungspflaster und Verhütungsring sowie das Einsetzen (lassen) von Spirale, Kupferkette oder Verhütungsstäbchen gehören fast schon zum Allgemeinwissen. Häufig wird jedoch vergessen, dass man beim Sex nicht nur ungewollt schwanger werden, sondern sich auch mit allerlei Geschlechtskrankheiten anstecken kann. Deshalb ein kleiner Überblick möglicher Krankheiten sowie möglicher Schutzmaßnahmen. Denn: Nur wenn man weiß, dass man sich angesteckt hat, kommt man erst auf die Idee, sich beim Arzt untersuchen und behandeln zu lassen.

Chlamydien

Hauptsymptom ist das Bedürfnis, häufig Wasser zu lassen, verbunden mit einem brennenden oder unangenehmen Gefühl. Bei Männern: leichtes Tröpfeln einer trüben Flüssigkeit von der Penisspitze, hauptsächlich morgens beim Aufwachen (es handelt sich dabei nicht um Samenflüssigkeit) oder schmerzende, empfindliche Hoden. Bei Frauen: Zwischenblutungen, Blutungen während und nach dem Geschlechtsverkehr oder Schmerzen im Unterleib. Behandelt wird mit Antibiotika. Wichtig: Alle Sexualpartner müssen behandelt werden! Unbehandelt führt die Erkrankung häufig zu einer Eileiterentzündung, diese führt dann in 15 % der Fälle zu dauernder weiblicher Unfruchtbarkeit. Jede weitere unbehandelte Infektion führt zur Verdoppelung des Unfruchtbarkeitsrisikos. Da 70 % – 80 % der Betroffenen keine Symptome verspüren, wird eine Infektion oft nicht erkannt. Jährlich stecken sich in Deutschland ca. 300.000 Personen an.

*Wichtig: Frauen zwischen 20 und 25 können sich bei ihrem Frauenarzt jährlich kostenlos auf eine Chlamydieninfektion untersuchen lassen.

Feigwarzen

HPV ist ein Virus, das unterschiedliche Warzen und auch Gebärmutterhals- und Peniskrebs verursacht. Eine Art davon sind die Genitalwarzen, die sich in der Vagina, im Gebärmutterhals, an Vulva, Penis, After, Rektum oder in der Harnröhre befinden können. Feigwarzen sind medizinisch gesehen harmlos, aber unansehnlich und lästig und können ziemlich hartnäckig bei der Entfernung sein. Behandelt wird mit Laser, Cremes oder Vereisung. Geschlechtspartner sollten auf jeden Fall zur Untersuchung gehen.

*Wichtig: Mädchen zwischen 12 und 17 können sich auf Kosten der Krankenkasse gegen die vier häufigsten HPV-Arten impfen lassen.

Hepatitis

Manche Betroffene haben gar keine Symptome, tragen aber den Virus in sich und können so andere anstecken. Symptome sind gelbe Haut, Fieber, Unterbauchschmerzen, grippeartige Symptome, dunkler Urin und heller Stuhlgang. Für manche Hepatitisarten gibt es Medikamente zur Behandlung, für andere leider nicht.

*Wichtig: Gegen Hepatitis B kann man sich impfen lassen.

Genitalherpes

Genitalherpes gehört zum Herpes-Simplex-Virus, von dem es zwei Typen gibt. Bei Typ II entstehen wunde Stellen im Genital- und Analbereich, die auch auf den Mundbereich übertragen werden können. Es zeigen sich kleine, mit einer klaren Flüssigkeit gefüllte Bläschen, die beim Aufplatzen schmerzhafte rote Geschwüre hinterlassen – diese Bläschen können sich in der Scheide, im Gebärmutterhals oder im Rektum verbergen. Diese Krankheit wird man nie wieder los, sie bricht immer wieder aus, gerade wenn man gestresst oder kränkelnd ist. Es gibt jedoch lindernde Medikamente.

Bekannter sind sicher HIV (glücklicherweise mit sinkenden Infektionszahlen), Syphilis und Gonorrhoe (Lues). Die beiden letztgenannten galten lange als zurückgedrängt und als exotische Infektionen in Deutschland, sind seit einigen Jahren aber deutlich auf dem Vormarsch. Der Vollständigkeit halber seien auch Filzläuse, Dellwarzen, Mykoplasmen, Ureaplasmen und Trichomonaden erwähnt, die auch zu den Geschlechtskrankheiten gehören.

Noch ein Schlusswort zu HIV: Manche Paare gehen vor dem ersten gemeinsamen Sex zum Gesundheitsamt und lassen beide einen HIV-Test machen. Dieser ist allerdings nur dann aussagekräftig, wenn der letzte Sex mehr als 12 Wochen her ist. Und wenn trotz allem der begründete Verdacht einer HIV-Übertragung besteht, gibt es eine Postexpositionsprophylaxe (PEP), die innerhalb von 48 Stunden nach dem Geschlechtsverkehr begonnen werden sollte und über vier Wochen andauert. Dadurch wird die Wahrscheinlichkeit einer Infektion verringert (ist aber nicht bei 0!). Sollte man jemals in dieser Lage sein, sollte man sofort die nächste HIV-Ambulanz aufsuchen, die darüber entscheidet, ob diese PEP nötig ist.



„Besser vorher Bescheid wissen. Viel Erfolg!“

Fachärztin für Frauenheilkunde und Geburtshilfe
Sarah M. Green

VERMEIDEN

Die einzige hundertprozentige Möglichkeit, Geschlechtskrankheiten zu vermeiden, besteht in dem absoluten Verzicht nicht nur auf Sex, sondern auch auf den Austausch von sämtlichen Körperflüssigkeiten (auch Küssen!). Streng genommen stimmt auch diese Aussage nicht ganz, denn auch ungeborene Kinder können sich bei ihren Müttern anstecken. Im Rahmen der Mutterschaftsvorsorge wird beim Frauenarzt gezielt nach diesen Infektionen geschaut. Auch Drogenabhängige können sich durch Mitbenutzen fremder Injektionsbestecke anstecken. Da absoluter Verzicht nur für ein verschwindend kleinen Teil der

Bevölkerung dauerhaft umsetzbar ist, bleiben für alle anderen: Kondome! Am besten in Kombination mit Pille oder ähnlichem, um die Wahrscheinlichkeit einer ungewollten Schwangerschaft zu minimieren. Der Vollständigkeit halber: Wer häufig den Sexualpartner wechselt, hat ein deutlich erhöhtes Risiko, sich anzustecken. Schlagwort ist „safer sex“ – mögliche ansteckende Körperflüssigkeiten nicht austauschen, Kontakt vermeiden bei wunden Körperstellen, Bläschen oder ähnlichen Symptomen. Weiterhin Intimpflege: regelmäßig, aber nur mit Wasser. Keine Seife oder Duschgel im Intimbereich, das macht die Schleimhäute unnötig trocken und damit anfälliger für alle möglichen Erreger.

VORBEUGEN

Impfung (HPV, Hepatitis), Clamydienscreening.

ERKENNEN

Wenn irgendwelche komischen Symptome da sind – keine Scham, auf zum Arzt, Frauen zum Frauenarzt, Männer zum Hausarzt oder Urologen. Die sehen alle möglichen Infektionen regelmäßig und können sie behandeln. Manchmal

bekommt man nicht sofort einen Termin – dann auf jeden Fall solange mit Kondom verhüten, bis der Arzt Entwarnung gegeben hat oder die Therapie zu Ende ist. Alle Sexualpartner sollten informiert und aufgefordert werden, sich selbst untersuchen zu lassen.



Sie möchten zeigen, was Sie können. Sie möchten Ihre Talente entfalten, Ihre Stärken beweisen, Ihre Ideen einbringen. Als herausragende Größe im Gesundheitswesen bereiten wir Sie bestens auf einen spannenden Berufsweg vor: mit viel Verantwortung und ausgezeichneten Entwicklungsperspektiven.

Wir suchen Auszubildende (w/m) zum 1. September 2014

- Sozialversicherungsfachangestellte
- AOK-Betriebswirte
- Bachelor „Soziale Arbeit im Gesundheitswesen“
- Kaufleute für Dialogmarketing

Bitte bewerben Sie sich bis zum 30.09.2013!

Interesse?

Nähere Infos gibt's bei uns.

Bewerbungen von schwerbehinderten Menschen werden bei gleicher Eignung besonders berücksichtigt.

AOK - Die Gesundheitskasse
Schwarzwald-Baar-Heuberg
Schwenninger Straße 1/2
78048 Villingen-Schwenningen
Diana Benke, Tel. 07721 805-251
diana.benke@bw.aok.de
www.aok-bw.de/sbh



SCHIEFE ZÄHNE MÜSSEN NICHT MEHR SEIN

Im Alltag ist es eine ziemliche Belastung, mit schiefen Zähnen leben zu müssen. Damit das nicht so bleibt, gibt es die Möglichkeiten der modernen Kieferorthopädie. Die „Zahnspange“, in früheren Tagen ein Schreckgespenst unter Teenagern, ist im Alltag angekommen. Bei Kindern und Jugendlichen, aber durchaus auch bei Erwachsenen. Eine Vielzahl neuer Techniken, Behandlungsverfahren und Materialien ist aufgeboten, um unschöne Zahnfehlstellungen und Fehlbisse zu korrigieren. In den meisten medizinisch notwendigen Fällen übernimmt die Krankenkasse sogar den Großteil der Behandlungskosten. Gefragt ist auf alle Fälle die Motivation, die Disziplin und das Durchhaltevermögen, gerade auch bei den meist jugendlichen Patienten. Als Belohnung lockt eine schöne Zahnreihe, ein richtiger Biss. Dieser ist, ohne Zweifel, wichtig für ein langes Gebiss-Leben. Nicht nur als Azubi, auch bei der späteren beruflichen Karriere muss man sich „durchbeißen“. Auch im höheren Lebensalter können Zähne durch professionelle Betreuung und gute Pflege Freude machen: gutes Aussehen und guter Biss, für viele Jahre.

Sichtbare und unsichtbare Zahnspangen, innen und außen: Allen gemeinsam ist die Möglichkeit, Zähne über eine längere Zeit mit leichten Kräften zu bewegen. Hin zu einer schönen und funktionsfähigen Zahnstellung. Der Kieferorthopäde ist spezialisiert auf diese Probleme und weiß, ab welchem Lebensalter welche Methoden am besten wirken. Während Kreuzbiss, offener Biss und Progenie (Vorstand des Unterkiefers) schon im frühen Lebensalter (5. – 8. Lebensjahr) untersucht und ggf. behandelt werden sollen, ist für die allermeisten Fehlstellungen etwa das 10. – 12. Lebensjahr ideal. Wachstumsentwicklungen können günstig mit der Regulierung der Zähne und der Kiefer kombiniert werden. Sinnvoll für schonendes und damit physiologisches Vorgehen ist dies allemal. Günstige und nebenwirkungsarme Behandlungsmethoden, das ist das Ziel jeder kieferorthopädischen Behandlung.

Schwere Kieferanomalien nach Wachstumsabschluss, im frühen Erwachsenenalter: Auch dafür gibt es eine Lösung. Kombinationsbehandlungen mit kieferchirurgischer Beteiligung können ausgeprägte Kiefer- oder Gesichtsfehlbildungen auch im fortgeschrittenen Alter korrigieren. Es ist nie zu spät für gesundes Kauen und schönes Aussehen. Immer gefragt: die Zusammenarbeit mit dem Hauszahnarzt, dem Spezialisten für alle weiteren zahnärztlichen Fragen. Ganz wichtig: Vertretbar sind kieferorthopädische Behandlungen, gleich in welchem Lebensalter, nur bei exzellenter Mundhygiene. Dann sind Zähne während dieser Langzeitbehandlung optimal geschützt und es gibt keine unschönen Nebenwirkungen am Zahnschmelz. Professionelle Betreuung der Mundhygiene durch Prophylaxe-Assistentinnen, beim Zahnarzt und beim Kieferorthopäden, können die eigenen Anstrengungen unterstützen. Ein schönes Lächeln ist machbar. Zeigen Sie Zähne!

Fachzahnärzte für Kieferorthopädie Dr. Reinhard J. Schugg und Dr. Dale A. Woodnutt



„Gerade Zähne haben einer Karriere noch nie geschadet.“

Zahnärztin Dr. Dale A. Woodnutt

WARUM IMMER MEHR MENSCHEN NICHT NUR GESUNDE, SONDERN AUCH SCHÖNE ZÄHNE WOLLEN

*Ein strahlendes Lächeln macht nicht nur sympathischer ...
... es kann auch erfolgreicher machen.*

Viele Studien haben gezeigt, dass Menschen bei anderen sehr auf das Aussehen der Zähne achten. Oft entscheidet der erste Eindruck. Wer keine schönen Zähne hat, traut sich manchmal nicht, frei und unbefangen zu lachen. Wer schöne und strahlende Zähne hat, kann sie stolz zeigen und damit unbeschwert lachen.

Wunsch nach helleren Zähnen

Es gibt verschiedene Methoden zur Aufhellung gelblicher Zähne. Professionelle Aufhellung beim Zahnarzt ist in hohem Masse sicher, da zunächst eine Untersuchung stattfindet, um mögliche Risiken auszuschließen. Danach wird die optimale Methode ermittelt.

Homebleaching

Die Zahnaufhellung zu Hause wird von Ihnen selbst durchgeführt. Die Praxis stellt die dafür notwendigen Hilfsmittel bereit und zeigt Ihnen die Anwendung. In kurzen Abständen wird der Verlauf in der Praxis kontrolliert. Abhängig von der Konzentration des Bleaching-Gels wird die Trägerfolie zwischen 30 Minuten und 8 Stunden pro Tag getragen. Professionelles Home-Bleaching ist eine bewährte Methode der Zahnaufhellung, die schon seit Jahrzehnten angewandt wird.

Power-Bleaching oder In-Office-Bleaching

Innerhalb einer Sitzung werden die Zähne durch ein höher konzentriertes Bleaching-Gel und teils durch Unterstützung von Lichtwellen aktiviert. Trotzdem ist es sehr sicher, da die Behandlung unter Kontrolle durchgeführt wird. Auch hier werden die Zähne zunächst untersucht und gründlich professionell gereinigt.

Vor dem Bleaching muss das Zahnfleisch mit einem speziellen Schutz abgedeckt werden. Das Bleaching-Gel wird aufgetragen und nach einer bestimmten Einwirkzeit erneuert. Dieser Vorgang wird drei bis viermal unter ständiger Kontrolle wiederholt. Nach 60 - 90 Minuten sind die Zähne sichtbar heller. Der erste Blick in den Spiegel zeigt dann fast immer ein glückliches Lächeln.

Aufhellen einzelner dunkler Zähne

Bei einzelnen dunklen Zähnen handelt es sich in der Regel um wurzelbehandelte Zähne. Die Aufhellung ist etwas schwieriger, kann aber durchaus sehr erfolgreich sein. Der Zahn wird von der Innenseite her teilweise geöffnet und mit dem Bleaching-Material gefüllt. Nach der Aufhellung wird der Zahn dann sorgfältig mit einer hochwertigen Füllung wieder verschlossen.



„Für schnelle Ergebnisse gibt es auch Power-Bleaching-Methoden.“

Zahnärztin Dr. Carmen Brändle

Smile
& Work!

starter
Die Ausbildungsmesse
in Rottweil

WWW.STARTER-ROTTWEIL.DE

Unser Erfolg. Ein Gewinn für alle.

Der Geschäftserfolg der Kreissparkasse kommt nicht wenigen Anteilseignern, sondern allen Bürgerinnen und Bürgern zugute. Wir engagieren uns für alle Bevölkerungsgruppen und beraten mit langfristiger Perspektive. Gewinne investieren wir in Kredite für neue Investitionen und in viele soziale und kulturelle Projekte, die den Kreis Rottweil attraktiv machen.

Dem Wohlstand der Region und den dort lebenden Menschen verpflichtet: die Kreissparkasse.

Gut für Sie – und gut für die Region.

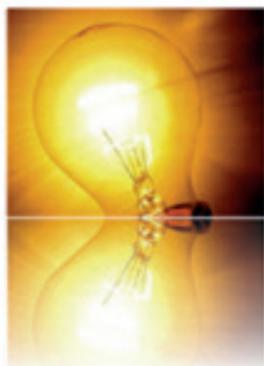
starter 2013
Wir sind dabei, mit Stand
und starter-Scouts.
Kreissparkasse Rottweil



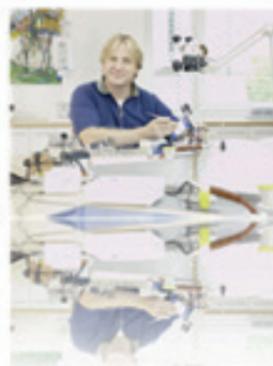
Qualität resultiert aus...



Know-How



Geschick



Sorgfalt



& besten
Materialien



MOD Zahntechnik

Oliver Dreher - Maren Paasch
Schramberger Strasse 24/1 - Rottweil
Tel: 0741-9410711 - Fax: 0741-9410712

f MOD Zahntechnik

PROFESSIONELLE ZAHNREINIGUNG - MEHR ALS WELLNESS FÜR DIE ZÄHNE

Das Angebot ist groß: Wellness für Körper und Geist bieten heutzutage alle Hotel- und Reiseveranstalter an. Erholung, aber auch die Gesundheit des Körpers sollen hierbei im Vordergrund stehen. Vor allem besonders „gestresste“ Körperteile bekommen hier ihre besondere Behandlung: Der Rücken, die Haut, aber natürlich auch der Geist erfahren hierbei die höchste Aufmerksamkeit; viele Patienten, oder besser gesagt Urlauber, berichten zunehmend über Erfolge bei der Genesung nach solch einem Wellness-Wochenende.

Die Mundhöhle, oder besser die Zähne samt Zahnfleisch, sind bisher in keinem Wellnessprogramm der Reiseveranstalter aufzufinden. Schöne weiße Zähne, eingebettet in ein gesundes Zahnfleisch, aber auch frischer Atem und eine lückenlose Zahnreihe sind die äußeren Faktoren, die durch solch eine Behandlung positiv beeinflusst werden. Der Wunsch nach dentaler Ästhetik wird sowohl in Hochglanzmagazinen, als auch in anderen Medien vorgelebt. Da jedoch die äußeren Faktoren nur die Fassade darstellen und weitere Risikofaktoren in der Tiefe der Mundhöhle anzutreffen sind, bedarf es nicht nur einer ästhetischen Behandlung, sondern einer medizinischen, durch besonders geschultes Fachpersonal durchgeführten Therapie. Hierzu ist auch keine Reise in die Urlaubsregion erforderlich, sondern lediglich eine Terminvereinbarung beim Hauszahnarzt.

Die Vorbeugung (Prophylaxe) kann erreicht werden durch die Ausschaltung bzw. Minderung der ursächlichen und beeinflussenden Faktoren und durch die Erhöhung der Widerstandsfähigkeit des gefährdeten Gewebes (Zahn, Parodont). Die in der Zahnarztpraxis durchgeführte Professionelle Zahnreinigung stellt einen wichtigen Teil davon dar: Das durch viele Stressfaktoren beeinträchtigte „Organ“ der Mundhöhle wird wieder ins Gleichgewicht gebracht und somit gesund erhalten. Diese Behandlung wird in der Regel nicht von Zahnärzten durchgeführt, sondern von Zahnmedizinischen Prophylaxe-Assistenten (ZMP) oder von Dentalhygienikern (DH).

Bei einer Professionellen Zahnreinigung werden Bakterien, die Karies oder eine Entzündung des Zahnfleisches bzw. des Zahnhalteapparates auslösen können, entfernt. Diese Bakterien sitzen häufig in Form eines sogenannten Biofilms fest verbacken auf der Zahnoberfläche (insbesondere in versteckten Regionen) und lassen sich dann nicht mehr mit den üblichen Mundhygienemaßnahmen durch den Patienten selbst beseitigen. Gleichzeitig werden bei einer Professionellen Zahnreinigung unschöne Zahnauflagerungen (z. B. Verfärbungen durch Kaffee, Tee, Nikotin oder Rotwein) und Zahnstein entfernt.

Natürlich siedeln sich auch nach einer solchen Professionellen Zahnreinigung

wieder Bakterien an der Oberfläche an; die Ausbildung eines organisierten und schädlichen Biofilms dauert dann aber einige Zeit und man kann selbst durch eine sorgfältig durchgeführte Mundhygiene mithelfen, diese Biofilmbildung zu verhindern oder zumindest zu vermindern. Auch hier hilft die Dentalhygienikerin mit: durch Motivation, Demonstration unterschiedlicher Mundhygieneartikel und vor allem durch deren Anwendung.

*Quellen:
Patienteninformation Prof. Dr. Hellwig, Freiburg
Zähne (Vorsorge, Behandlung, Kosten) von Manfred Tacha
Prophylaxefibel, Grundlagen der Zahngesundheit
von E. Kramer

Fazit:

Wer also Wert auf intakte Zähne und gesundes Zahnfleisch legt, kommt um die professionelle Vorbeugung (Prophylaxe) nicht herum.



„Professionelle Zahnreinigung: Wellnessprogramm für Zähne und Zahnfleisch.“

Zahnarzt Dr. Hartmunt Siefert

ERNÄHRUNG UND KARRIERE

Hilfestellungen für eine schnelle berufliche Karriere gibt es viele. Sie sind leicht im Internet oder bei Bildungs- oder Jobmessen zu finden. Gerade auf diesen Messen sollte aber im Umkehrschluss auch über mögliche Karrierebremsen nachgedacht werden. Durch viele medizinische und soziologische Studien konnte gezeigt werden, dass Übergewicht und Stoffwechselerkrankungen wie ein Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit) eine erhebliche Karrierebremse darstellen und die Wahrscheinlichkeit einer Arbeitsstelle im gewünschten Beruf erheblich reduziert. Daran ändert auch die von der Antidiskriminierungsstelle des Bundes vorgeschlagene anonyme Bewerbung (ohne Alter, Herkunft und Bild) nichts. Spätestens beim Gespräch mit dem Personalchef oder beim ärztlichen Einstellungsscheck kommt die Wahrheit ans Licht. Da wir in einer Leistungsgesellschaft leben, wollen Personalchefs vor allem leistungsfähige und leistungswillige Arbeitnehmer einstellen.

Was ist Übergewicht?

Als Übergewicht bezeichnet man ein im Vergleich zur Norm erhöhtes Körpergewicht, das durch einen vermehrten Körperfettanteil bedingt ist. Somit ist Übergewicht keine Krankheit, sondern vielmehr ein Risikofaktor für bestimmte Erkrankungen. Der Begriff „Übergewicht“ wird im medizinischen Fachgebrauch oft für eine leichtere Erhöhung des Körpergewichts gebraucht. Unter Adipositas (Fettsucht) versteht man dagegen eine ausgeprägte Form des Übergewichts. Sie wird gängigerweise in drei Schweregrade (Adipositas Grad I bis III) unterteilt. Einfluss auf eventuelle Folge- und Begleiterkrankungen des Übergewichts nimmt auch

Die Bundesregierung berichtet zum Thema Übergewicht: „Übergewicht steigert das Erkrankungsrisiko. Menschen mit zu hohem Körpergewicht leiden vermehrt unter verschiedenen Krankheiten. So besteht bei Übergewichtigen ein erhöhtes Herzinfarkt- und Diabetesrisiko, insbesondere dann, wenn die Betroffenen gleichzeitig körperlich inaktiv sind, rauchen oder hohen Blutdruck haben. Belegt ist zudem, dass bereits geringes Übergewicht das Auftreten eines Typ-2-Diabetes begünstigen kann“. Kaum zu glauben, aber wahr: Nur noch 40 % der Bevölkerung sind normalgewichtig. Ein Unternehmen wünscht sich aber gesunde Arbeitnehmer. Da kann man den Personalchef vielleicht auch verstehen.

das so genannte Fettverteilungsmuster. Es ist überwiegend genetisch bestimmt. So findet sich bei übergewichtigen Männern meist eine Vermehrung des Fettgewebes an Bauch und Körperstamm („Apfelform“), die als androides Fettverteilungsmuster bezeichnet wird. Bei Frauen ist die Fettvermehrung an Hüften und Oberschenkeln („Birnenform“) häufiger, man spricht vom gynoiden Typ. In verschiedenen Studien wurde insbesondere die androide Fettverteilung mit einem erhöhten Erkrankungsrisiko, beispielsweise hinsichtlich der Herz-Kreislauf-Leiden, in Zusammenhang gebracht.

Der Body-Mass-Index (BMI) ist ein häufig verwendeter Indikator dafür, ob eine Person unter-, normal- oder übergewichtig ist. Er korreliert stark mit der Gesamtfettmenge im Körper und lässt sich leicht bestimmen. Definiert ist der BMI als Verhältnis von Körpergewicht in Kilogramm zum Quadrat der Körpergröße in Metern.

$$\text{BMI} = \frac{\text{(Körpergewicht in kg)}}{\text{(Körpergröße in m)}^2}$$

Bei einer 80 kg schweren und 1,80 m großen Person beispielsweise beträgt der BMI 24,7. Nach einer Klassifikation der Weltgesundheitsorganisation unterscheidet man je nach BMI zwischen:

Untergewicht	BMI < 18,5
Normalgewicht	18,5 bis 24,9
Übergewicht	25,0 bis 29,9
Adipositas Grad I	30,0 bis 34,9
Adipositas Grad II	(35,0 bis 39,9
Adipositas Grad III	> 40

Es besteht ein direkter Zusammenhang zwischen der Adipositas (Fettsucht/Übergewicht) und der Wahrscheinlichkeit an Diabetes zu erkranken. Beim Diabetes ist der Körper nicht mehr in der Lage, den (lebensnotwendigen) Zucker richtig zu verstoffwechseln, was zu stark erhöhten Zuckerwerten im Blut führt. Der Körper braucht den Zucker aber nicht im Blut, sondern in der Zelle, und genau das klappt beim Diabetiker nicht mehr. Die Aufgabe des Insulins ist es, den Zuckertransport in die Zelle zu ermöglichen.

Als Ursache für den Diabetes kennen wir:

- den Insulinmangel (Diabetes Typ I): Die Bauchspeicheldrüse stellt kein Insulin her, entweder angeboren oder erworben. Besonders beunruhigend ist, dass es in letzter Zeit zunehmend zu Typ-I-Fällen im mittleren Lebensalter kommt, wahrscheinlich als Folge von Umweltgiften.
- die sogenannte Insulinresistenz: Obwohl genügend Insulin da ist, wirkt das Insulin nicht mehr ausreichend, sodass hohe Insulindosen nötig sind (Diabetes Typ II).

In Deutschland wächst die Zahl der Diabetiker seit Jahren dramatisch. Die Tendenz ist weiter steigend. Die Folgen für den Einzelnen, aber auch für den Krankenstand in den Unternehmen, sind unabsehbar. Um auf dem Arbeitsmarkt zu bestehen, sollte daher alles unternommen werden, das Übergewicht abzubauen. Dazu gehört, neben der richtigen Ernährung, vor allem auch ein tägliches, moderates Ausdauertraining (20 min). Informieren Sie sich über richtige Ernährung und richtige Bewegung rechtzeitig bei Ihrem Arzt, Ernährungsberater/in oder Fachgesellschaften. Frühzeitig die Weichen stellen, wie bei der richtigen Berufswahl!

Wie sieht gesunde Ernährung bei Adipositas aus?

Gesunde Ernährung muss nicht schwer sein. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) gibt Richtlinien für bewusstes Essen und Trinken heraus, an denen sich Adipositas-Patienten orientieren können, und empfiehlt unter anderem:

- ausreichend Getreideprodukte und Kartoffeln zu essen, da sie nährstoffreich und dabei fettarm sind
- fünf Mal am Tag eine Handvoll Obst und Gemüse zu essen
- täglich Milch und Milchprodukte zu sich zu nehmen
- Fett und fettreiche Lebensmittel zu meiden
- Zucker und Salz maßvoll zu verwenden
- rund 1,5 Liter pro Tag zu trinken
- sich für das Essen Zeit zu nehmen
- auf das eigene Körpergewicht zu achten
- regelmäßig in Bewegung zu bleiben

Gesunde Ernährung beginnt beim Einkauf!

Schon ein durchdachter und strukturierter Einkauf stellt die Weichen für eine gesunde Ernährung. Adipositas-Patienten sollten sich deshalb folgende Hinweise zu Herzen nehmen:

- nicht hungrig einkaufen gehen
- einen Einkaufszettel schreiben und sich daran halten
- nur eine bestimmte Menge Geld mitnehmen, um keine überflüssigen oder unnötigen Produkte zu kaufen
- zu Hause keine Vorräte anlegen, die zum Essen verleiten
- möglichst allein einkaufen, um fremde Beeinflussung zu vermeiden
- die Zutatenliste im Auge zu behalten und
- bei „Light“-Produkten vorsichtig sein



„Machen Sie also Ihre Karriere nicht kaputt, bevor sie angefangen hat!“

Facharzt der Inneren Medizin
Dr. Clemens Bauknecht



DER ZAHNARZT
SPRUCHT VOM „ACHTER“:
DIE WEISHEITZÄHNE

WARUM MÜSSEN WEISHEITZÄHNE ÜBERHAUPT HERAUS?

Den hintersten Backenzahn, von der Mitte aus gezählt der achte Zahn, nennt man den Weisheitszahn. Die Menschen werden entwicklungsgeschichtlich immer größer, die Kiefer aber eher kleiner. Somit entsteht ein Missverhältnis zwischen Kiefergröße und Platzbedarf der Zähne. Dies ist einer der Gründe, warum Weisheitszähne heutzutage häufig entfernt werden müssen.

WANN WERDEN WEISHEITZÄHNE ENTFERNT?

Bei einem sehr großen Prozentsatz der Menschen kommt es heute zu einer „Durchbruchsstörung“ bei den Weisheitszähnen. Das heißt, entweder die Weisheitszähne kommen nicht regelrecht in die Zahnreihe (sie brechen nur teilweise durch) oder sie bleiben „gleich im Knochen stecken“, schaffen es also nicht,

durch das Zahnfleisch „durchzubrechen“. Wenn die Weisheitszähne es nicht schaffen, sich regelrecht in die Zahnreihe einzuordnen, so besteht im hinteren Kieferbereich häufig Platzmangel. Erschwerend kommt hinzu, dass meist auch noch das Zahnfleisch den Weisheitszahn teilweise bedeckt. Dies führt dazu, dass die Mundhygiene in diesem Bereich wesentlich erschwert ist. Nun entstehen Entzündungen. Die Entzündungen können ein solches Ausmaß annehmen, dass Eiter (Abszess) entstehen kann. Eine Schädigung der Nachbarzähne durch Knochenabbau bzw. Karies ist auch nicht auszuschließen. Im Weiteren „drücken“ die Weisheitszähne von hinten gegen die anderen Zähne und können zu Verschiebungen führen. Auch Zysten können entstehen.

MÜSSEN WEISHEITZÄHNE IM RAHMEN EINER KIEFERORTHOPÄDISCHEN BEHANDLUNG IMMER ENTFERNT WERDEN?

Häufig werden Patienten im Rahmen von kieferorthopädischen Behandlungen frühzeitig zur Entfernung von Weisheitszähnen aufgeklärt. So schließt der Kieferorthopäde schon im Vorfeld aus, dass es zu Verschiebungen durch die Weisheitszähne kommt, was ja besonders ärgerlich ist, wenn man sich schon der Mühe einer Zahnspangenbehandlung unterzieht. Nicht unerwähnt bleiben soll, dass es aber auch Lehrmeinungen gibt, die sagen, dass die Weisheitszähne für den häufig vorkommenden Engstand der Zähne gar nicht verantwortlich sind. Eines ist aber klar: Wenn die Weisheitszähne keinen Platz im Kiefer haben, sollte man sie entfernen. Deshalb ist es sinnvoll, zwischen dem 13. und 18. Lebensjahr mit dem Hauszahnarzt oder Kieferorthopäden (ggf. auch mit dem Oralchirurgen) die Entfernung der Weisheitszähne zu besprechen. Wenn man zu lange wartet (d. h. erst mit 30 oder 40 Jahren) „sitzen die Weisheitszähne dann fester im Knochen“ und dadurch wird die Entfernung in der Regel „etwas schwerer“. Im Weiteren wird auch die Komplikationsrate im Alter höher und die Ausheilung verzögert sich eventuell. Beim Jugendlichen sollte eine Röntgendiagnostik vorgenommen werden, um die Lage der Weisheitszähne zu bestimmen. Ergibt sich hierbei, dass sie entfernt werden müssen, sollte man dies umgehend erledigen lassen, um Komplikationen für den Kiefer bzw. die Nachbarzähne frühzeitig auszuschließen.

WIE SIEHT DAS OPERATIVE VORGEHEN AUS?

Weisheitszahnentfernung (operatives Vorgehen) erfolgt üblicherweise ambulant, also in der Praxis des Zahnarztes oder Oralchirurgen und nicht im Krankenhaus, in örtlicher Betäubung (Spritze). Sie kann aber auch unter bestimmten Voraussetzungen in Allgemeinnarkose (Dämmerschlaf, Tiefschlaf, Narkose) vorgenommen werden (häufig bei drei bis vier Weisheitszähnen auf einmal). Die Entfernung erfolgt entweder durch einfache übliche Zahnentfernung oder durch einen operativen Eingriff. In diesem Fall wird

der Weisheitszahn nach „Abklappen“ der Schleimhaut (Zahnfleisch) durch Entfernen von etwas Knochen freigelegt, sodass er dann entfernt werden kann. Abschließend wird die Wunde vernäht, denn dann kommt es häufig zum umgehenden Abheilen der Wunde. Der Wundverschluss erfolgt über Nähte, die fünf bis sieben Tage später entfernt werden. Auflösende Fäden werden nur in Ausnahmefällen verwendet.



„Die Komplikationsrate steigt mit dem Alter.“

Fachzahnarzt für Oralchirurgie
Dr. Wolfgang Bleise



„Sauer macht nicht lustig.“

Zahnarzt Harald Hoffmann

EROSION: WENN DER SCHMELZ IMMER DÜNNER WIRD

Die Comic-Figuren Karius und Baktus sind schon kleinen Kindern geläufig: Sie fressen Löcher in die Zähne. Aber nicht nur Karies, auch die sog. Erosionen stellen Verluste an Zahnhartsubstanz dar. Häufig sind Ernährungsgewohnheiten schuld an diesem schleichen, zunächst nur wenig sichtbaren Prozess. Säureeinwirkung durch massiven Konsum von Softdrinks, Limonaden oder Fruchtsäften löst die äußersten Schmelzschichten an und beim Zähneputzen werden diese dann regelrecht „abgeschmirgelt“. Ein Verlust für immer! Der Schmelz regeneriert nicht. An beidem kann man ansetzen: kein exzessiver Konsum von stark säurehaltigen Nahrungsmitteln und nach Genuss nicht sofort Zähneputzen. Wasser trinken, zuckerfreien Kaugummi kauen, das kann die Säurewirkung neutralisieren. Zähneputzen erst nach ca. 20 – 30 Minuten (auch bei Genuss von Weißwein) ist eine sinnvolle Strategie. Auch innere Ursachen führen zu Erosionen: Chronische Magen-/ Darmstörungen wie z. B. Reflux von Magensäure (Sodbrennen) sowie die bekannten Krankheiten Anorexia (Magersucht) und Bulimia nervosa (Fresssucht) mit häufigem Erbrechen, dadurch Säureattacken auf den Zahnschmelz.

Hilfe und weitere Informationen erhalten Sie bei Ihrem Hausarzt!

MIT DER GEH ICH GERN MAL WEG... !

LUCAS POLLERMANN
17 JAHRE, ROTTWEIL

MYKITA MYLON

Auge & Ohr holt die Zukunft in die Gegenwart. Die neue Brillen-Kollektion aus dem Hause MYKITA besteht aus einem Werkstoff, der gestalterische Freiheit, Leichtigkeit und individuelle Anpassbarkeit bietet. Das Material MYLON zeichnet sich durch extreme Stabilität, geringes Gewicht und hohe Belastbarkeit aus.

Die MYKITA MYLON Kollektion begründet ein neues Produktsegment im Brillenmarkt: Luxury Sportsfashion. Brillen, die die Grenzen zwischen Mode und Sport neu definieren.

Sehen Sie sich diese neuartigen Modelle bei uns an. Testen Sie den sensationellen Tragekomfort und lassen Sie sich faszinieren von einem atemberaubend futuristischen Design.



AUGE & OHR
jörg stauss

Hauptstraße 51 | 78628 Rottweil | Telefon: 0741-8989
www.auge-ohr.com



GEWINNSPIEL

an unserem Messestand
„Zahnärzte in/um Rottweil“ (Foyer Stadthalle)

COME & WIN

Diese Preise können Sie gewinnen:

- 1. Preis:** Erlebnis-Gutschein „Jochen Schweizer“ (Wert: 199 €)
- 2. Preis:** Oral B/Triumph Professional Care – elektrische Zahnbürste (Wert: ca. 110 €)
- 3. Preis:** Gutschein Parfümerie Gradmann (Wert: 50 €)

Gewinner werden per Post benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die erhobenen Daten werden nicht gespeichert, nicht an Dritte weitergegeben und nach Ende des Gewinnspiels gelöscht.



STARTER MESSE 2013



IHREM LÄCHELN ZULIEBE:

ZAHNSCHUTZ TRAGEN!

Versichern und Bausparen

70 %

Kostenerstattung* für

- Zahnersatz, Implantate
- Inlays, Onlays
- Kunststofffüllungen mittels Schmelz-Dentin-Adhäsivtechnik
- Reparaturen und Provisorien

100 %

Kostenerstattung für

- professionelle Zahnreinigung bis zu zweimal im Kalenderjahr

* bis zu 70 %, ausgehend vom Rechnungsbetrag für zahnärztliche und zahn technische Leistungen

Servicebüro Rottweil
Grundstraße 11
78628 Rottweil
Telefon: 07 41/2 09 62 90
E-Mail: servicebuero_rottweil@debeka.de

Kauffrau/mann für Versicherungen und Finanzen

Sie sind interessiert?
Dann bewerben Sie sich bei uns.

LBS

Entdecke auch du den Spießer in dir!

Mit LBS-Bausparen sicher in die eigenen vier Wände.



LBS-Beratungsstelle
Hochbrücktorstraße 9, 78628 Rottweil
Telefon 0741 53480, rottweil@lbs-bw.de

Finanzgruppe - www.LBS-BW.de

Wir geben Ihrer Zukunft ein Zuhause.

Traumatische Zahnverletzungen (sogenannte Zahnunfälle) betreffen fast ausschließlich die Frontzähne, wobei wegen ihrer exponierten Lage hauptsächlich die oberen Schneidezähne betroffen sind und nur sehr selten die Eckzähne oder die unteren Schneidezähne.

Die Verletzungen der Zähne beschränken sich entweder auf die Zahnkrone oder sie reichen bis in die Wurzel des Zahnes. Je nach Richtung und Ausprägung der einwirkenden Kräfte können Zähne im Zahnfach (Alveole) verschoben, nach innen gedrückt oder aus dem Zahnfach herausgedrückt werden. Wenn ein Zahn verletzt wird, spielt der Faktor Zeit eine

unterstützt. Eine Zahnrettungsbox ist in jeder Apotheke erhältlich. Sollte keine Zahnrettungsbox zur Verfügung stehen, kann der Zahn alternativ in H-Milch eingelegt werden. Wird bei der Untersuchung der Mundhöhle festgestellt, dass ein Zahn ausgeschlagen oder ein Zahnteil abgeschlagen wurde und sich dieser nicht in der Mundhöhle befindet, muss der Zahn bzw. das Bruchstück an der Unfallstelle gesucht werden. Ausgeschlagene Zähne dürfen zum Schutz der Zellen auf der Wurzeloberfläche nur an der Zahnkrone berührt werden. Verschmutzungen an den gefundenen Fragmenten/Zähnen belässt man vorerst. Wird der Zahn feucht und steril (keimfrei) transportiert, sind die Chancen sehr groß, dass er wieder einheilt. Zahnfragmente können mithilfe von Kompositen (Kunststoff) an der Restzahn-hartsubstanz wiederbefestigt werden.

Bei Zahnverletzungen muss in jedem Fall ein Zahnarzt aufgesucht werden. Dort erfolgt die klinische und röntgenologische Untersuchung. Der behandelnde Zahnarzt legt dann fest, ob und wie zu behandeln ist.

„Der Faktor Zeit spielt eine entscheidende Rolle.“

Zahnarzt Dr. Andreas Mager

Mehr als 50 Prozent der Jugendlichen erleiden bis zu ihrem 17. Lebensjahr ein Zahntrauma. Jungen sind dreimal so häufig von Zahnverletzungen betroffen wie Mädchen. Unfälle mit Zahnverletzungen als Folge passieren im normalen Alltag – in der Schule, bei Freizeitaktivitäten und im familiären Leben. Zahnverletzungen können bei Stürzen oder durch Schläge gegen die Zähne entstehen.

große Rolle. Bei stark gelockerten oder ausgeschlagenen Zähnen besteht die Gefahr, dass diese verschluckt oder sogar eingeatmet werden. Lose im Mund liegende Zähne müssen aus der Mundhöhle entfernt und idealerweise in eine Zahnrettungsbox eingelegt werden. Diese Transportgefäße beinhalten ein zellphysiologisches Medium, das verhindert, dass der Zahn austrocknet. Ein Überleben der Zellen auf der Wurzeloberfläche wird so

WENN DAS ♥ FLIMMERT UND SCHMERZT

Seit jeher projiziert der Mensch seine Gefühle hauptsächlich auf ein Organ, nämlich das ♥. Immer wieder höre ich meine Patienten sagen, dass sie bald einen ♥schlag bekommen, wenn der Stress im Beruf nicht weniger wird. Andere sagen, dass ihnen das ♥ vor Schmerz gebrochen wurde, als der Liebeskummer ins Unerträgliche ging oder dass ihnen das ♥ wahnsinnig schnell rast. Aber steckt da wirklich immer ein krankes ♥ dahinter? Dass das ♥ manchmal schneller schlägt, ist ganz normal. Zum Beispiel im Kino bei einem spannenden Film oder vor dem ersten Date schlägt das ♥ schneller und es pocht bis zum Hals. Wenn es das nicht tut, muss man sich fragen, ob der Film nicht langweilig oder das Date sogar bedeutungslos ist. Auch gelegentliches Stolpern des ♥ens ist kein Grund zur Besorgnis. Meistens sind das Extraschläge, bei denen das ♥ gar nicht schlägt, sondern einfach einen Schlag Pause macht. Der nächste ♥schlag muss dann die doppelte Menge an Blut pumpen und das kann dann schon mal ganz schön holpern. Dies ist alles aber ganz normal. Schlägt das ♥ allerdings manchmal ohne Anlass schnell in hoher Frequenz über mehrere Minuten, schlägt das ♥ sehr unregelmäßig, tritt ♥rasen auf, das wie mit einem Schalter an- und ausgeschaltet wird oder ganz besonders, wenn ♥rasen mit Schwindel oder gar Ohnmacht auftritt, sollte man umgehend eine Arzt aufsuchen. Aber wie gesagt, das ist eher selten und die meisten ♥stolperer oder -raser sind harmlos. Ein bisschen anders ist das schon mit den ♥schmerzen. Liebeskummer zerreißt einem das ♥. Aber keine Angst. Das ♥ als Organ verträgt viel Liebeskummer und trägt keinen Schaden davon. Auch ♥infarkte bekommt man in der Regel nicht durch Liebeskummer. Ab einem gewissen Alter aber muss man ♥schmerzen sehr ernst nehmen. Unsere Zivilisationskrank-

heiten wie fette Ernährung, Bewegungsmangel, Zuckererkrankung, Bluthochdruck und ganz besonders das Rauchen schädigen auf Dauer die ♥kranzgefäße. Wenn diese sich dann langsam verengen oder gar verschließen, wird der ♥muskel nicht mehr gut durchblutet und es droht der ♥infarkt. Es resultieren ♥schmerzen, die meist hinter dem Brustbein, im Bereich des linken

Armes, im Bereich des Unterkiefers oder im Oberbauch auftreten und länger anhalten. Anfangs treten diese Beschwerden hauptsächlich bei Belastung auf, später dann auch in Ruhe. Ist das der Fall, muss umgehend der Notarzt angerufen werden.



„Ab einem gewissen Alter muss man Herzschmerzen sehr ernst nehmen.“

Chefarzt der Kardiologie im Krankenhaus Freudenstadt
Professor Dr. Florian Bea

Unser Anspruch ist die Perfektion der Natur



Neckarstraße 26
78628 Rottweil
www.aesthetik-fischer.de

Florian Fischer & Kollegen
Dentale Ästhetik und Funktion

FESTE ZÄHNE NACH NUR EINEM BEHANDLUNGSTAG

Die Zukunft ist digital: moderne Implantatbehandlung

Die moderne Zahnmedizin ist heute in der Lage, Zähne bis ins hohe Alter zu erhalten. Trotz der enormen Fortschritte gibt es Situationen, in denen eine Zahnerhaltung nicht mehr sinnvoll oder möglich ist. Häufig sehen wir solche Situationen nach Unfällen bei Risikosportarten oder beim Mannschaftssport, aber auch bei Zähnen, die durch Karies tief zerstört sind. Der Ersatz fehlender Zähne durch herkömmlichen Zahnersatz stößt in vielen Fällen an Grenzen, wenn unbeschädigte oder gering beschädigte Nachbarzähne vorhanden sind oder wenn der letzte Zahn einer Zahnreihe fehlt. Um konventionellen Zahnersatz wie Brücken oder Prothesen an den vorhandenen Zähnen zu befestigen, muss häufig sehr viel gesunde Zahnschubstanz weggeschliffen werden, wodurch die Zähne stark geschädigt werden. Diese Schädigung ist vermeidbar, indem Implantate als künstliche Zahnwurzeln aus Titan oder Zirkonoxidkeramik anstelle der verlorengegangenen Zähne in den Kieferknochen eingesetzt werden. Ist an der Stelle, an der das Implantat gesetzt werden soll, zu wenig Knochen vorhanden, können wir mit verschiedenen Techniken Knochen verpflanzen, aufbauen oder ersetzen.



Röntgenaufnahme mit nicht erhaltungsfähigen Zähnen im Oberkiefer und einer endständigen Lücke im Unterkiefer

Röntgenkontrolle nach Einsetzen der Implantate im Oberkiefer mit Verschraubungen für die Sofortbelastung

Dreidimensionale Behandlungsplanung für minimalinvasive Operationen

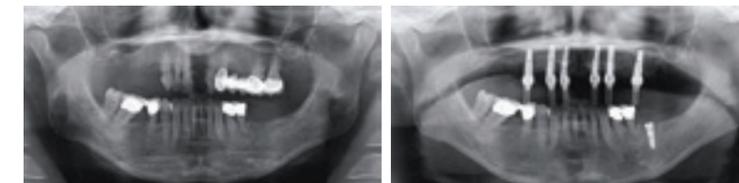
Mit einem digitalen Volumentomographen (DVT), einem sehr modernen hochauflösenden Röntgengerät, fertigen wir vor dem Einsetzen des Implantates ein dreidimensionales Röntgenbild an. Hiermit erhalten wir genaue Informationen über den vorhandenen Knochen und können bereits vor der Operation den Eingriff am Bildschirm exakt planen. Auf diese Weise kann das Einsetzen des Implantates sehr schonend und minimalinvasiv durchgeführt werden. Zahnarzt und Patient erleben während der Operation keine unangenehmen Überraschungen und die Beschwerden können auf ein Minimum reduziert werden. Nach dem Einsetzen müssen die Implantate in Ruhe einheilen. Der Knochen verwächst fest mit der Implantatoberfläche. Dies dauert zwischen 6 und 12 Wochen, bei umfangreichen Knochenaufbauten auch bis zu 6 Monate. Nach der Einheilzeit erfolgt die Belastung der Implantate, die Kronen, Brücken oder Prothesen werden im Dentallabor von spezialisierten Zahntechnikern hergestellt und auf die Implantate verschraubt oder zementiert.

Sofort feste Zähne

Bei einer starken Zerstörung des zahnumgebenden Knochens und Weichgewebes durch Parodontitis können häufig mehrere Zähne nicht mehr erhalten werden, in manchen Fällen müssen sogar alle Zähne eines Kiefers entfernt werden. Die betroffenen Patienten können deshalb über lange Zeit nicht mehr richtig essen, reden oder trauen sich wegen ihres Aussehens nicht mehr zu lachen. Mit Implantaten erhalten die Patienten wieder feste Zähne und gleichzeitig ihre Sicherheit und Lebensqualität zurück.

Mit der dreidimensionalen Behandlungsplanung ist es möglich, direkt nach Entfernung der nicht erhaltungsfähigen Zähne eine Sofortversorgung des Kiefers mit wenigen Implantaten durchzuführen. Für viele kurz vor der Zahnlosigkeit stehende Patienten bietet diese Therapiemethode ein neues Lebensgefühl mit festen Zähnen ohne großen Knochenaufbau. Schnell, sicher und ästhetisch mit überschaubarem finanziellem Aufwand. Eine zuverlässige Festigkeit wird im Oberkiefer mit sechs und im Unterkiefer mit vier Implantaten erreicht. Die wissenschaftlich entwickelte Methode „All-On-4 / All-On-6“ erlaubt durch die stabile Verschraubung und die hohe Festigkeit der Implantate die sofortige Belastung für kraftvolles Zubeißen bereits am Tag der Zahnentfernung und Implantatoperation. Auch bei geringem Knochenangebot kann auf langwierige und kostenintensive chirurgische Eingriffe zum Knochenaufbau verzichtet werden.

Die Behandlung können wir auch in Dämmer Schlaf (Teilnarkose) durchführen. Die Patienten schlafen dabei ruhig während wir sie behandeln. Noch am selben Behandlungstag verlassen sie die Praxis mit festen Zähnen.



3-D-Implantatplanung am DVT: Implantatpositionen mit Anhebung des Kieferhöhlenbodens (Sinuslift)

Röntgenaufnahme der eingesetzten Implantate mit Anhebung des Kieferhöhlenbodens (Pfeil)

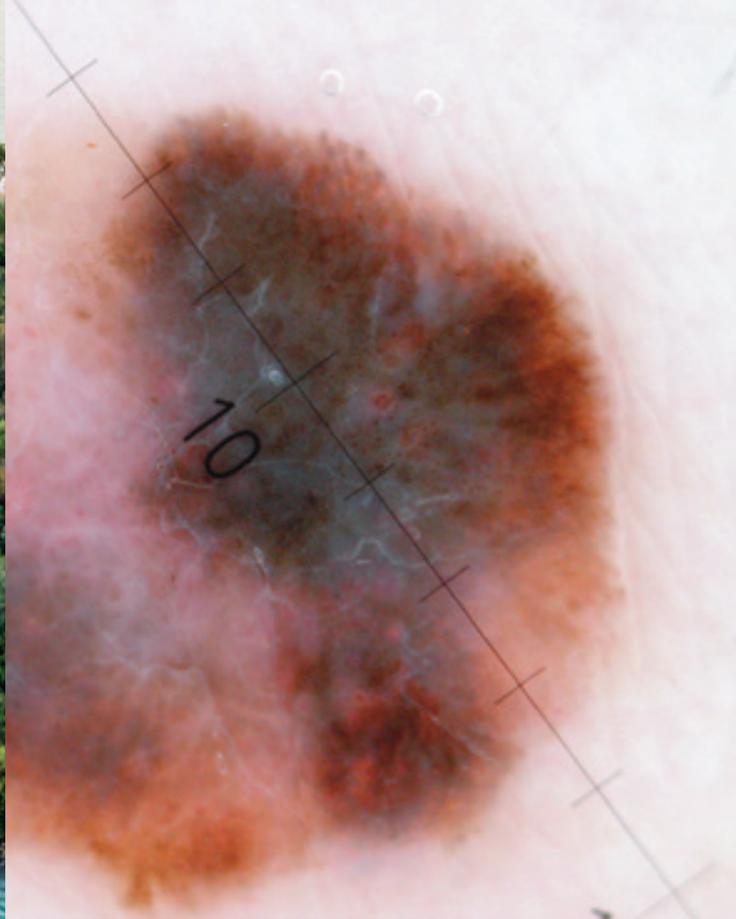


Eingesetzte Implantatkronen
Kontrolle zwei Jahre nach Implantation



„Implantate geben Sicherheit und Lebensqualität zurück.“

Master of Science in Oral Implantology
Dr. Jürgen T. Peter



der Lichtschutzfaktor auf LSF 2 (!) ab. Die Anwendung von besonders hohem LSF (z. B. 50) ist meist nur für Patienten mit krankhaft empfindlicher Haut empfehlenswert oder bei extremen UV-Belastungen. Neben der Prävention von Hautkrebs, also der Vorbeugung, ist auch die Früherkennung von Hautkrebs wichtig. Je früher der Hautkrebs erkannt wird, umso besser kann man ihn heilen.

Die meisten Krankenkassen zahlen inzwischen eine Untersuchung zur Hautkrebsfrüherkennung ab dem 18. Lebensjahr, ab dem 35. Lebensjahr ist diese sogar eine gesetzliche Regelleistung. Daneben sollte man sich auch selbst regelmäßig untersuchen. Gute Informationen findet man im Internet, zum Beispiel unter www.krebshilfe.de/sonne-und-hautkrebs.html oder unter www.bfs.de/de/uv



„Entscheidend ist die Menge an UV-Licht.“

Hautarzt Dr. Martin Hahn

SOMMER, SPASS UND DER RICHTIGE SONNENSCHUTZ

Wer freut sich nach einem langen Winter nicht auf die ersten warmen Sonnentage im Frühling? Die Sonne spendet Licht, wärmt unsere Erde und trägt auch wesentlich zu unserem Wohlbefinden bei. Das Sonnenlicht hilft uns, Vitamin D für den Knochenbau zu produzieren und heilt chronische Hautkrankheiten wie die Schuppenflechte. Aber auch die Sonne hat ihre Schattenseiten und dies insbesondere bei Kindern und jungen Erwachsenen. Vor allem die sogenannten ultravioletten Strahlen (also unsichtbares, kurzwelliges UV-Licht) verursachen Schäden, die zum Teil nicht mehr repariert werden können.

Neben dem akuten Schaden eines Sonnenbrandes sind es insbesondere die chronischen Schäden, welche später zu Hautkrebs und vorzeitiger Hautalterung führen. Diese gilt es zu vermeiden. Die Haut nimmt auch dann Schaden, wenn kein Sonnenbrand auftritt, denn entscheidend ist die Menge an UV-Licht. Übermäßige UV-Belastung in der Kindheit und Jugend führt zu einem erhöhten Risiko, im weiteren Leben an Hautkrebs und insbesondere an der gefährlichsten Form, dem schwarzen Hautkrebs, zu erkranken. Denn die Haut vergisst die Schäden ein Leben lang nicht. Derzeit erkranken in der Bundesrepublik jährlich rund 140.000 Menschen an Hautkrebs, davon 10 – 15 % am schwarzen Hautkrebs. Daneben kann die UV-Strahlung auch Augenschäden wie grauer Star und Netzhautentzündungen hervorrufen. Da bereits innerhalb der ersten 18 Lebensjahre ein großer Teil der UV-Lebensdosis aufgenommen wird (Spielen im Freien, sonnenbadende Jugendliche), ist gerade in diesem Alter ein guter Schutz unerlässlich. Wie sieht nun ein guter Schutz aus? Man muss sich dazu nicht im Keller verstecken, man sollte nur ein paar Spielregeln beachten:

Intelligentes Verhalten: Meiden Sie die pralle Mittagssonne zwischen 11:00 und 15:00. In dieser Zeit trifft ca. 50 % der UV-Tagesmenge auf uns ein.

Sonnengerechte Kleidung: Tragen Sie in der Sonne immer sonnendichte Kleidung und auf jeden Fall eine Kopfbedeckung. Teure UV-Schutzkleidung muss es nicht sein, aber ein dicht gewebtes Textil. Im nassen Zustand verschlechtert sich der UV-Schutz allerdings deutlich.

Hauttypgerechte Sonnencreme: Cremen Sie alle unbedeckten Körperstellen mit einem Sonnenschutzmittel (je nach Hauttyp, meist Lichtschutzfaktor ab 20) ein, mindestens 30 Minuten vor dem Sonnenbad.

Bei der Anwendung von Sonnencremes ist insbesondere auf eine ausreichende Menge nach dem Motto ‚viel hilft viel‘ zu achten: Es werden ca. 30 - 40 ml Sonnencreme für ein einmaliges Eincremen des Körpers benötigt (Mengen-Regel: 11 Zonen – Kopf, linker und rechter Arm, Brust, Bauch, 2x Rücken, 2x linkes Bein, 2x rechtes Bein: je Zone einen dicken Streifen Sonnencreme auf Zeige und Ringfinger auftragen), sonst wird der angegebene Lichtschutzfaktor, kurz LSF, nicht erreicht. Doch die Realität zeigt, dass im Mittel nur ein Viertel davon aufgebracht wird. Nun könnte man meinen, wenn ein Viertel der Creme aufgetragen wird, hätte man immer noch ein Viertel des Schutzwertes. Doch weit gefehlt, der Lichtschutz reduziert sich exponentiell, das heißt im Klartext: wird beispielsweise eine Sonnenmilch mit LSF 16 in zu geringer Menge aufgetragen, wie es die meisten Anwender tun, dann sinkt

Medikamenten-Einnahme: Einfach und sicher!

Wir helfen Ihnen dabei!

Unser Blister Abo – So behalten Sie den Überblick:

- Ihre Arznei, speziell für Sie zusammengestellt.
- Gut lesbar in Tütchen verpackt.
- Verwechslung ausgeschlossen.
- Ihre Medikamente gehen nie aus.

Info-Tel.: 07 41 / 209 664 70

Exklusiv in Sailers Apotheken

Rottweil: **Römer-Apotheke**
Königs-Apotheke

Schwenningen: **Staufen-Apotheke**

SAILERS APOTHEKEN



Wir sind immer für Sie da.

Und betreuen Sie kompetent in allen Versicherungs- und Finanzfragen.

ERGO Victoria
 Versichern heißt verstehen.

Versicherungsbüro
Klaus Müller
 Waldtorstr. 9, 78628 Rottweil
 Tel 0741 7661
klaus.mueller@ergo.de



Elina Sterzing

Meine Zähne bedeuten mir ... sehr viel. Beim Lachen werden Glückshormone freigesetzt und dabei unterstützen mich meine Zähne bestens.

Diese Behandlung hat sich bei mir am stärksten eingeprägt ... das beliebte Accessoire - die Zahnspange.

Mein Zahnarzt ist für mich ... eine Vertrauensperson.



Selina-Maria Haas

Meine Zähne bedeuten mir ... sehr viel, denn man braucht sie für alles. Dabei geht es nicht nur um das Aussehen, sondern auch um die Funktionalität. Ich finde es sehr wichtig, dass meine Zähne gerade sind, denn es trägt viel zu einem guten und gepflegten Erscheinungsbild bei.

Diese Behandlung hat sich bei mir am stärksten eingeprägt ... die lose Zahnspange, denn dadurch konnte ich selbst bestimmen, wie schnell ich vorankomme. Es war schön zu erleben, wieviel sich dadurch verändert hat und wieviel man mit ein bisschen Disziplin erreichen kann.

Mein Zahnarzt ist für mich ... wichtig, denn die Zähne hat man ein Leben lang und deswegen ist es wichtig sie gut zu pflegen. Ich finde es gut, wenn ich mich dabei auf die Unterstützung meines Zahnarztes verlassen kann.



Niklas Derad

Meine Zähne bedeuten mir ... sehr viel, da es sehr viel Wert ist, wenn man schöne und gesunde Zähne hat. Man hat nur einmal im Leben schöne Zähne.

Diese Behandlung hat sich bei mir am stärksten eingeprägt ... die lose Zahnspange. Da konnte man schon schnell einen Erfolg sehen. Interessant ist auch, dass man zwischen den Behandlungen auch mal ohne alles die Natur genießen lassen.

Mein Zahnarzt ist für mich ... derjenige, der meine Zähne vorsorglich behandelt.

IMPRESSUM

Herausgeber:
FORUM ROTTWEIL (gegr. 1988)
Fortbildungsinitiative für Zahnärzte
und Kieferorthopäden

Im Auftrag von:
„Zahnärzte in/um Rottweil“
(Dres. Bleise / Brändle / Engelhardt /
Hoffmann / Mager / Peter / Siefert /
Schugg)

Mit Beiträgen von:
Dr. C. Bauknecht, Prof. Dr. Bea,
Sarah Green, Dr. M. Hahn, Prof.
Dr. Schlagenhauf, Dr. D. Woodnutt
und (die) „Zahnärzte in/um Rottweil“

Redaktion:
Dr. Reinhard J. Schugg
Königstraße 25
78628 Rottweil
Tel.: 0741 / 12 020
Fax: 0741 / 12 026
info@dr-schugg.de

Gestaltung/Design:
KONZEPT33
Charlottenstraße 15
78549 Spaichingen
www.konzept33.de

Auflage:
2000 Stück

Druck:
Druckerei Hohl, Balgheim

Website:
www.zahnbote.de

3D.DE 
MESSESTAND-GESTALTUNG

werbebox
Werbetechnik



Ihre zuverlässige
Alternative im Messebau!



Die Werbebox produziert
die Beschriftungen für 3D.DE

Fahrzeugbeschriftung
Digitaldruck
Flyer
Fotoleinwände
Plakate
Schaufensterbeschriftung
Schilder
Messestandbeschriftung
Textildruck

Florian Burgstahler
78713 Schramberg
info@messebau-3D.de

Jeanette Stöhr • Hofstatt 1 • 72361 Hausen a.T.
Tel. 07436/8098 • Email: s.jeanette@web.de

TANZSCHULE HERZIG ADTV
Manfred Hellmuth
Bahnhofstrasse 2
78628 Rottweil
Tel.: 0741 7741
info@tanzschule-herzig.de
www.tanzschule-herzig.de



BEKENNEN SIE FARBE.



z.B. MINI One Brick Lane

55 kW, Midnight Black metallic, Stoff Black, Dynamic Stability Control, Radio MINI CD, 16"-LM-Felgen Twin Spoke schwarz, Klimaanlage, Blinkleuchten weiß, Salt Paket mit Bordcomputer, Lichtpaket, Ablagenpaket u.v.m.

Kraftstoffverbr. (in l/100 km): innerorts: 7,2; außerorts: 4,4; kombiniert: 5,4.
CO₂-Emission kombiniert: 127 g/km. Effizienzklasse: D.

UPE¹ 18.470,00 EUR

ahg Aktionspreis²

16.990,00 EUR

► Preisvorteil

1.480,00 EUR ◀

Unser Leasingangebot³

Leasing-Sonderzahlung
Laufleistung p.a.
Laufzeit

999,00 EUR
10.000 km
36 Monate

**Monatliche Leasingrate:
Zzgl. Überführungskosten**

199,00 EUR
670,00 EUR

**Monatliche MINI Smile
Vollkaskoversicherung⁴**

9,99 EUR

¹ Unverbindliche Preisempfehlung laut aktueller Preisliste der BMW AG einschließlich vorhandener Sonderausstattungen.

² Inklusiv Überführungskosten.

³ Ein Angebot der BMW Bank GmbH, Heidemannstraße 164, 80939 München, Stand 05/2013. Monatliche Leasingrate exklusive MINI Smile Vollkasko- und Haftpflichtversicherung.

⁴ Die monatliche Versicherungsprämie für Kfz-Haftpflicht und Vollkasko ist gültig für den oben aufgeführten MINI. Bei Abschluss eines MINI Smile Leasingvertrages mit der BMW Bank GmbH bis 30.06.2013, Zulassung bis 31.10.2013. Vertragspartner und Risikoträger ist die ERGO Versicherungs AG. Selbstbeteiligung VK 1.000 € / TK 150 €. Ein Angebot der BMW Bank GmbH, Heidemannstraße 164, 80939 München.

Fahrzeugabbildung ist farbabweichend und zeigt Sonderausstattung. Druckfehler, Zwischenverkauf und Irrtümer vorbehalten.



Autohandels-gesellschaft mbH

MINI WELT SCHRAMBERG

Albert-Moser-Str. 20
8713 Schramberg-Sulgen

Ihr Vertrauen verdienen – jeden Tag!

2.000 Angebote auf einen Klick:

www.mini-ahg.de