

und die Durchblutung regeln. Es beruhigt den Geist so dass wir cooler werden und besser schlafen.

Die Pfefferminze ist scharf und belebend und fehlt in keiner Heilkräutervorbereitung der Chinesischen Medizin für die Leber. Sie beruhigt den Magen, fördert den Gallenfluss, klärt Hitze von Haut und Schleimhaut und befreit die Atmung. Insgesamt sind mehrere Hundert Pflanzenessenzen bekannt und im Einsatz.

**Der Aromatherapeut und Meditationslehrer Aditya Nowotny wird am 3. Juni im Schlaun Haus, Schlossplatz 12, Oldenburg, zwei Vorträge zum Thema ätherische Öle halten:** „Sieben Öle für die Gefühle“ (17 bis 19 Uhr) und „Die zwölf Bibelöle“ (19.30 bis 22 Uhr). In den Vorträgen werden Sie die Öle riechen und erfahren, welche Kraft ihnen inne wohnt und wie sie zur Anwendung kommen. In den folgenden Monaten werden jeweils am 1. Mittwoch des Monats die wichtigsten ätherischen Öle vorgestellt. Anmeldung: Tel. 0441/25 8 44, Kosten: 10 Euro pro Vortrag.

## Probleme mit der Leistungsfähigkeit?

### ZAHNGESUNDHEIT

### Schlechte Zähne beeinträchtigen spielerische Fähigkeiten von Sportlern

Skaten, Kicken, Basketball – was so viel Spaß macht, birgt leider ein besonderes Risiko für die Zahngesundheit. Zum einen sollte es deshalb heute eine Selbstverständlichkeit sein, die Zähne bei Sportarten mit hohem Körpereinsatz mit einem professionell angepassten Mundschutz zu schützen, und es wäre wünschenswert, dass Erwachsene dem sportlichen Nachwuchs hier mit gutem Beispiel vorangehen. Generell sollte sichergestellt sein, dass in der Erste-Hilfe-Ausstattung Zahnrettungsboxen verfügbar sind. Doch Mundschutz und Erste Hilfe im Notfall allein reichen nicht aus, um Sportlerzähne optimal zu schützen!

Inzwischen ist vielfach bewiesen: Intensives Training greift Zahnschmelz und Zahnfleisch an. Wer lange und regelmäßig Sport treibt, egal in welchem Alter, und ganz gleich, ob Profi oder Hobby-

sportler, sollte sich besonders gut um die Gesunderhaltung seiner Zähne kümmern.

Starkes Zusammenpressen der Zähne vor dem Start, hohe Druckbelastungen, zum Beispiel beim Tauchen, trockene Mundschleimhaut durch ausgeprägte Mundatmung und eine Ernährung, die zu großen Teilen auf Zucker und Kohlehydraten basiert, sind Ursachen für mögliche Zahnschäden. Auch verändert sich während des Trainings die chemische Zusammensetzung des Speichels hin zu einem alkalischen PH-Wert. Dies begünstigt die Bildung von Zahnstein und greift Zahnschmelz und Zahnfleisch an.

„Auch Fehlstellungen des Kiefers, eine verspannte Kau- muskulatur oder versteckte Entzündungsherde können erhebliche Beschwerden am Bewegungsapparat verursachen. Oft schmerzen die Zähne selbst gar nicht, rufen aber



**AUTORIN DES BEITRAGS**  
Romy Dech  
die-oldenburger-zahnärzte

an anderer Stelle des Körpers Probleme hervor“, erläutert der zahnärztliche Leiter der oldenburger-zahnärzte, Andreas H. Rassloff.

Eine 2015 durch den Londoner Zahnexperten Ian Needleman durchgeführte Studie bei 187 Fußballprofis in Großbritannien offenbarte einen derart schlechten Zahngesundheitszustand der Spie-

ler, dass deren Leistungsfähigkeit und teils auch ihr Privatleben dadurch eingeschränkt waren. Die Autoren der im „British Journal of Sports Medicine“ veröffentlichten Studie mahnten für die britischen Klubs aus der Premier League, der Zweiten und Dritten Liga umgehende zahnmedizinische Maßnahmen an! (Quelle: t-online, Nov. 2015)

Viele weitere Untersuchungen, darunter eine viel beachtete Studie an Olympiateilnehmern von 2012 sowie eine 2014 veröffentlichte Studie der Universität Heidelberg, belegen ebenfalls, dass intensives Training für einen schlechten Zustand von Sportlerzähnen verantwortlich ist. Die beschriebenen Auswirkungen sind bereits nach 35-minütiger sportlicher Anstrengung messbar.

**Fazit:** Sorgsamste Zahnpflege, regelmäßige Kontrolluntersuchungen beim Zahn-

arzt und eine spezielle Prophylaxe sind für die Gesundheit von Sporttreibenden in jedem Alter unabdingbar!

die-oldenburger-zahnärzte sind die Teamzahnärzte der EWE Baskets. In regelmäßigen Kontrollen überprüfen sie die Zahngesundheit der Leistungssportler und kontrollieren deren Bisslage.

Weitere Brancheneinträge finden Sie auf [nwz-guide.de](http://nwz-guide.de)



### Buchen Sie Ihren Eintrag

schnell und einfach im Internet unter [guide.nwzonline.de/branchenguide](http://guide.nwzonline.de/branchenguide)

Fragen zur Buchung beantwortet der Service Geschäftskunden, **Telefon (0441) 9988-4114**

## PLASTISCHE OPERATIONEN

Firma	Ansprechpartner	Adresse	Telefon, Fax	Internet, E-Mail
Aesthetik Team Oldenburg Aesthetische Chirurgie Dr. med. M. Wrobel, Dr. med. A. Settje, Dr. med. T. Wermter Dr. Mike Rüttermann und Dr. med. R. Hoffmann		Poststr. 1 26122 Oldenburg <a href="http://www.aesthetik-team-oldenburg.de">www.aesthetik-team-oldenburg.de</a>	Tel. 0441-99843414 Fax 0441-4086856 <a href="mailto:info@aesthetik-team-oldenburg.de">info@aesthetik-team-oldenburg.de</a>	nach Vereinbarung
Juventus Tagesklinik Dr. Michael Wrobel Plastische und Ästhetische Chirurgie Andreas H. Raßloff Zahnheilkunde, Implantologie		Dragoner Str. 1 26135 Oldenburg <a href="http://www.juventus.de">www.juventus.de</a>	Tel. 0441-2182446 Fax 0441-2182447 <a href="mailto:info@juventus.de">info@juventus.de</a>	Individuelle Termine nach Ihren Bedürfnissen

## RADIOLOGISCHE DIAGNOSTIK

Firma	Ansprechpartner	Adresse	Telefon, Fax	Internet, E-Mail
Radiologie Jade-Weser GbR Brake-Nordenham-Varel Dres. Redeker-Standke, Knoth, Standke, Morche. Fr. Busche, Hr. Winkler		26919 Brake 26954 Nordenham 26316 Varel	04401-85985-0 Fax-14 04731-9477-29 Fax-14 04451-9560-12 Fax-14 <a href="http://www.radiologie-jade-weser.de">www.radiologie-jade-weser.de</a>	MRT, CT, Röntgen, Mammographie, Interventionen Dentale Volumetomographie <b>Offenes MRT</b>
Praxis Dr. Steen und Partner MRT / CT / Mammographie / CT-assistierte Schmerztherapie / NUK / Schilddrüsen- sprechstunde / Radiosynoviothese		Grüne Str. 12 26121 Oldenburg	0441 - 92 678 - 0 0441 - 92 678 - 55 <a href="http://www.radiologie-oldenburg.de">www.radiologie-oldenburg.de</a>	Mo,Di,Do 8.30-16.30 Uhr Mi 8.30-12.30 Uhr, Fr 8.30-14.30 Uhr und nach Vereinbarung
Praxis Dres. Kuhn / Behrends / Wefer Röntgen/ MRT/ CT/ NUK / Schilddrüsen-Sprechstunde		Gottorpstraße 3 26122 Oldenburg	0441/ 7791177 <a href="http://www.radiologie-kuhn.de">www.radiologie-kuhn.de</a>	Mo-Do 8-18 Uhr, Fr 8-16 Uhr und nach Vereinbarung

## ZAHNMEDIZIN

Firma	Ansprechpartner	Adresse	Telefon, Fax	Internet, E-Mail
Zahnarzt Dietrich Restemeyer Direkte Keramikversorgung mit Cerecverfahren		Mittellinie 77c 26160 Bad Zwischenahn/ Petersfehn	04486/ 92880	Mo-Do 8-13 Uhr, Mo, Die, Do 15-18 Uhr, Fr 8-14.30 Uhr
Dr. Andreas Hein MSc* und Partner, *Master of Science Implantologie Praxis für Zahnheilkunde Implantologie, Prophylaxe, Zahnästhetik, Bhd. unter Vollnarkose		Parkstraße 44 27798 Hude <a href="http://www.zahnarzt-dr-hein.de">www.zahnarzt-dr-hein.de</a>	Tel. 04408-970900 Fax 04408-970930 Email: <a href="mailto:praxis@zahnarzt-dr-hein.de">praxis@zahnarzt-dr-hein.de</a>	Montag bis Samstag nach Vereinbarung
Juventus Tagesklinik Dr. Michael Wrobel Plastische und Ästhetische Chirurgie Andreas H. Raßloff Zahnheilkunde, Implantologie		Dragoner Str. 1 26135 Oldenburg <a href="http://www.juventus.de">www.juventus.de</a>	Tel. 0441-2182446 Fax 0441-2182447 <a href="mailto:info@juventus.de">info@juventus.de</a>	Individuelle Termine nach Ihren Bedürfnissen
die-oldenburger-zahnärzte*, Andreas H. Raßloff und Partner, Ästh. Zahnheilkunde, Implantologie mit 3 D Diagnostik, Zahnfl.-u. Wurzelkanalbhd., Kinderzahnheilk. Gesamt- sanierung u. Vollnarkose, Lachgasbhd., Prof. Prophylaxe, Kiefergelenksdiagnostik (CMD), hochw. Zahnersatz von deutsch. Meisterlabor		Osternburg: Dragoner Str. 1 26135 Oldenburg Bürgerfelde An der Südbäke 1 26127 Oldenburg	Tel. 0441/25225 <a href="mailto:info@praxis-osternburg.de">info@praxis-osternburg.de</a> 0441/63053 <a href="mailto:info@praxis-buergerfelde.de">info@praxis-buergerfelde.de</a>	Mo. – Do. 8 – 19 Uhr, Fr. 8 – 17 Uhr und nach Vereinbarung <a href="http://www.die-oldenburger-zahnaerzte.de">www.die-oldenburger-zahnaerzte.de</a>
Praxis für moderne Zahnheilkunde M. Pradel, L. Roßner, A. Sernau, V. Nagel, Dr. A. Mahnken, I. Gutowski Implantologie, Zahnästhetik, Parodontologie, Kinderzahnheilkunde, Mundgeruchssprechstunde		Bloherfelder Straße 17 26129 Oldenburg	04 41 / 5 84 52	Mo.-Do. 7.30 – 20.00 Uhr Fr. 7.30 – 18.00 Uhr, <a href="http://www.zahnheilkunde-ol.de">www.zahnheilkunde-ol.de</a>
Praxisgemeinschaft Dr. Joachim Buck Dr. Dagmar Weyers Zahnärzte Kiefergelenktherapie (CMD), Ästhetik SOLO -Prophylaxe, ganzheitliche Amalgamentfernung, Schnarchen		Prinzessinweg 40 26122 Oldenburg	0441 - 77177	Montag bis Freitag nach Vereinbarung

see u smile Oldenburg Dres. Claudia & Andreas Dmoch & Kollegen, CMD-Sprechstunde, ganzheitl. Zahnheilkunde, Implantologie, Endodontologie, Prophylaxe	Poststr. 1 26122 Oldenburg	0441/ 9 55 58 40 <a href="http://www.see-u-smile-oldenburg.de">www.see-u-smile-oldenburg.de</a>	Mo-Fr. ab 8.00 Uhr nach Vereinbarung Früh- u. Abendsprechstunde
Zahnärzte Dr. Matthias Brüntjen und Partner Implantologie, Kieferorthopädie, Narkosebehandlung, ästhetische Zahn- heilkunde, hochwertiger Zahnersatz Prophylaxe, Kinderzahnheilkunde	Paul-Tantzen- Strasse 6-8 26125 Oldenburg	T. 0441-602070 F. 0441-602017	Montag-Freitag 8.00-18.00
Praxis f. Zahnheilkunde Dr. Christian Werk Implantologie mit 3-D-Diagnostik, hoch- wertiger Zahnersatz, Parodontologie, Prophylaxe	Oldenburger Strasse 291 26180 Rastede	04402 964 953 9	Montag bis Freitag nach Vereinbarung
Zahnarztpraxis Dr. Heinrich Meiners und Partner Soloprophyllaxe, Cerec, Implantologie, Kinderzahnheilkunde, Kieferorthopädie	Bremer Heerstr. 127 26135 Oldenburg	0441-20892 0441-20798	Montag bis Freitag nach Vereinbarung

## IMPLANTOLOGIE

Firma	Ansprechpartner	Adresse	Telefon, Fax	Internet, E-Mail
Dr. Andreas Hein MSc* und Partner, *Master of Science Implantologie Praxis für Zahnheilkunde Implantologie, Prophylaxe, Zahnästhetik, Bhd. unter Vollnarkose		Parkstraße 44 27798 Hude <a href="http://www.zahnarzt-dr-hein.de">www.zahnarzt-dr-hein.de</a>	Tel. 04408-970900 Fax 04408-970930 Email: <a href="mailto:praxis@zahnarzt-dr-hein.de">praxis@zahnarzt-dr-hein.de</a>	Montag bis Samstag nach Vereinbarung
ZahnZentrum Dr. Spanka MSc* & Kollegen *Master of Science in Implantologie/Dentalchirurgie Kieferorthopädie, Zahnmedizin, Zahntechnik, Narkosebehandlung		Blumenstraße 4 27798 Hude	04408 / 7477 <a href="http://www.zz-hude.de">www.zz-hude.de</a> Info-Hotline 04408 / 923180 auch am WE	Montag-Samstag n. Vereinbarung
Juventus Tagesklinik Dr. Michael Wrobel Plastische und Ästhetische Chirurgie Andreas H. Raßloff Zahnheilkunde, Implantologie		Dragoner Str. 1 26135 Oldenburg <a href="http://www.juventus.de">www.juventus.de</a>	Tel. 0441-2182446 Fax 0441-2182447 <a href="mailto:info@juventus.de">info@juventus.de</a>	Individuelle Termine nach Ihren Bedürfnissen
Brinkmann, Detlev ZA Implantologie, Lasertherapie, ästhetische Zahnheilkunde eigenes Praxislabor		Theaterwall 14 26122 Oldenburg	Tel. 0441/26387 Fax 0441/9250666 e-mail: <a href="mailto:detlev.brinkmann@t-online.de">detlev.brinkmann@t-online.de</a> <a href="http://www.zahnarztbrinkmann.de">www.zahnarztbrinkmann.de</a>	Mo. Di. Do. 8:00 – 12:30 und 14:30 – 18:00 Mi. Fr. 8:00 – 13:00
die-oldenburger-zahnärzte*, Andreas H. Raßloff und Partner, Ästh. Zahnheilkunde, Implantologie mit 3 D Diagnostik, Zahnfl.-u. Wurzelkanalbhd., Kinderzahnheilk. Gesamt- sanierung u. Vollnarkose, Lachgasbhd., Prof. Prophylaxe, Kiefergelenksdiagnostik (CMD), hochw. Zahnersatz von deutsch. Meisterlabor		Osternburg: Dragoner Str. 1 26135 Oldenburg Bürgerfelde An der Südbäke 1 26127 Oldenburg	Tel. 0441/25225 <a href="mailto:info@praxis-osternburg.de">info@praxis-osternburg.de</a> 0441/63053 <a href="mailto:info@praxis-buergerfelde.de">info@praxis-buergerfelde.de</a>	Mo. – Do. 8 – 19 Uhr, Fr. 8 – 17 Uhr und nach Vereinbarung <a href="http://www.die-oldenburger-zahnaerzte.de">www.die-oldenburger-zahnaerzte.de</a>

## FUSSCHIRURGIE

Firma	Ansprechpartner	Adresse	Telefon, Fax	Internet, E-Mail
Dr. med. Joachim Niemeier Arzt für Orthopädie und Unfallchirurgie		Mühlenweg 9 26676 Barßel	04499-1068 04499-91036 <a href="http://www.chirurgie-barssel.de">www.chirurgie-barssel.de</a>	Nach Vereinbarung

## DENTALLABORE

Firma	Ansprechpartner	Adresse	Telefon, Fax	Internet, E-Mail
Böckmann & Penning Zahntechnik Fachlabor für Implantologie und Zahnästhetik		Zum Brook 11 Cloppenburg	(04471) 9151 0 <a href="mailto:mail@bpdental.de">mail@bpdental.de</a>	Mo-Fr: 08:00 bis 12:45 Uhr Mo-Fr: 14:00 bis 17:30 Uhr