

Freiliegende Zahnhälsen rechtzeitig behandeln

ZAHNMEDIZIN Falsche Putztechnik und Zähneknirschen sind häufige Ursachen – Häusliche Mundpflege sehr wichtig

VON ROMY DECH

Liegen Zahnhälsen, also die Bereiche der Zähne zwischen Zahnkrone und Zahnwurzel unmittelbar über dem Zahnfleisch, frei, kommt es zu einer erhöhten Empfindlichkeit gegenüber mechanischen Einwirkungen sowie Wärme-, Kälte- und Zuckerreizen. Das Kariesrisiko ist erhöht.

Auslöser für die Beschwerden, die vor allem im Bereich der Backenzähne auftreten, ist ein kritischer Substanzabtrag. Zu den Symptomen kommt es, weil das freiliegende Zahnbein, das normalerweise vom Zahnfleisch geschützt wird, im Gegensatz zum Zahnschmelz geringer mineralisiert und mit kleinen Nervenkanälen durchzogen ist.

Behandelt man Defekte an den Zahnhälsen nicht früh genug fachgerecht, schreitet der Abbau der schützenden Zahnschichten so weit fort, dass die Zahnnerven direkt in Mittei-

denchaft gezogen werden. In der Folge kommt es zu starken Schmerzen. Auch Wurzelbehandlungen können nötig werden.

Ursachen und Therapien

Die Ursache für freiliegende Zahnhälsen liegt in den meisten



Romy Dech
Zahnärztin

BILD: HEEREN MC ZAHNTECHNIK

Fällen in einer falschen Putztechnik und mangelnder Mundhygiene.

Wird mit harter Zahnbürste, aggressiver Zahnpasta, mit viel Druck horizontal hin- und hergeschrubbt, führt dies zu einer Überreizung und zum Rückgang des Zahnfleisches. Zusätzliche Reizungen, etwa durch den Dauerkonsum stark säurehaltiger Getränke und Bakterienansammlungen durch nicht entfernte Plaques, reizen die sensiblen Zahnhälsen zusätzlich.

Nicht zu unterschätzen ist auch nächtliches Zähneknirschen. Der Zahnarzt kann diese Dauerbelastung am Gebisszustand „ablesen“. Die Patienten selbst merken oft nichts von der Scherarbeit, die sie unbemerkt im Schlaf leisten, oder sie führen weitere Beschwerden, wie Kopf- oder Nackenschmerzen, auf andere Ursachen zurück. Beim Zähneknirschen können jedoch so massive Biegekräfte auf die

Zähne einwirken, dass es zu einem regelrechten Absprennen von Zahnschmelz an den empfindlichen Übergängen zwischen Zahnkrone und Zahnbein kommt.

Zur Prävention und Behandlung von Defekten an den Zahnhälsen sollten Patienten in jedem Fall eine schonende Zahnpflege – kreisende, unterbrochene Bewegungen, vom Zahnfleisch weg zum Zahnschmelz hin – erlernen. Mögliche Ernährungsumstellungen, eine angepasste häusliche Mundhygiene und regelmäßige Prophylaxesitzungen können einem Fortschreiten des Substanzabbaus ebenfalls entgegenwirken. Bei entsprechendem Befund sollte eine Nacht angefertigt und konsequent getragen werden.

Sind bereits erhebliche Defekte an den Zahnhälsen entstanden, können die betroffenen Bereiche vom Zahnarzt ästhetisch überzeugend mit zahn-

farbenen Kunststofffüllungen oder keramischen Verblendungen (Veneers) versorgt werden.

Mit der fachgerechten Versiegelung der Zahnhälsen verschwindet auch deren erhöhte Empfindlichkeit, beispielsweise auf mechanische Reize. Wenn die Schäden an den

Zahnhälsen weit fortgeschritten waren, und die Patienten deshalb nur noch ungerne ihre Zähne geputzt haben, ermöglicht ihnen oft dieser Behandlungsschritt den Einstieg in eine befriedigende häusliche Mundpflege.

→ @ www.die-oldenburger-zahnaerzte.de

TELEFON-AKTION

Fahrtfitness im Alter – Experten geben Tipps

Mit zunehmendem Alter können sich – oftmals schleichend – gesundheitliche Probleme einstellen, die Auswirkungen auf die Fahrtfitness haben. Wann ist es Zeit, auf andere Verkehrsmittel umzusteigen? Zu einer sicheren Mobilität im Alter beraten Experten der „Aktion Schulterblick“ des DVR am Lesertelefon: 29. November von 15 bis 18 Uhr unter der kostenfreien Rufnummer 0800 – 0 60 40 00

Weitere Brancheneinträge finden Sie auf nwz-guide.de



Buchen Sie Ihren Eintrag

schnell und einfach im Internet unter guide.nwzonline.de/branchenguide

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

AKUPUNKTUR

Praxis	Adresse	Telefon, E-Mail	Sprechstunde
Ralph Reck, Arzt Krampfaderverödung, Ozontherapie für Gelenke, Bindegewebe u. Blut, Chinesische Medizin, Akupunktur	Gartenstraße 4 26122 Oldenburg	0441-25844 0441-2488165; tcm-praxis@ralph-reck.de; www.ralph-reck.de	Mo.-Do. 9.00-12.00 Uhr und 15.00-17.00 Uhr nach Vereinbarung

ALLGEMEINMEDIZIN

Praxis	Adresse	Telefon, E-Mail	Sprechstunde
Dr. med. Gudrun Radenz Allgemeinmedizin, Betriebsmedizin, Naturheilverfahren Dr. med. Mariam Sachse Innere Medizin, Akupunktur, Ernährungsmedizin	Staulinie 21 26122 Oldenburg	0441/ 26692 www.praxis-radenz.de	Mo-Fr 8-12:00, Mo 14-16:00, Di, Do 17-18:00 und nach Vereinbarung

CHIRURGIE

Praxis	Adresse	Telefon, E-Mail	Sprechstunde
W. Stöver Facharzt f. Chirurgie / Unfallchirurgie	Zwischenbrücken 17 27793 Wildeshausen	04431-918555 / Amb. OP (z.B. auch in Vollnarkose), Röntgen, handchir. OP	falls mögl. bitte telefon. Terminabsprache

HNO-HEILKUNDE

Praxis	Adresse	Telefon, E-Mail	Sprechstunde
Dres. med. Carola Walter-Leirich, Sebastian Walter, Jan-Dirk Geerken, Carola Williamson, Fachärzte f. HNO- Heilkunde, Naturheil-verfahren, Akupunktur, ambul. OPs, Schnarchdiagnostik, Allergologie	Neue Donnerschwer Str. 30 Im Zentrum Gesundheit	0441/95079919	Nach Vereinbarung www.HNOoldenburg.de
Reinhard Dirks, Dr. Maren Rodenberg Facharzt für HNO-Heilkunde, belegärztl. Operationen, ambulante Lasertherapie	Hauptstr. 46a 26215 Wiefelstede	04402-60863 info@hno-dirks.de	Termine nach telefonischer Vereinbarung

HANDCHIRURGIE

Praxis	Adresse	Telefon, E-Mail	Sprechstunde
Hand- und Plastische Chirurgie Oldenburg. Dr. med. M. Wrobel, Dr. med. A. Settje, Dr. med. T. Wermter Dr. M. Rüttermann, Dr. med. R. Hoffmann und Priv. Doz. Dr. Christian Herold	Poststr. 1 26122 Oldenburg www.hpc- oldenburg.de	Tel./Fax: 0441/4086855 info@hpc- oldenburg.de	Termine nach Vereinbarung

NATURHEILVERFAHREN

Praxis	Adresse	Telefon, E-Mail	Sprechstunde
Dr. med. Carola Walter-Leirich Fachärztin für HNO-Heilkunde, Akupunktur, ambulante Operationen, Naturheilverfahren	Neue Donnerschwer Str. 30 Im Zentrum Gesundheit	Privatsprechstunde 0441/ 9507990	Nach Vereinbarung www.HNOoldenburg.de

NEUROLOGIE

Praxis	Adresse	Telefon, E-Mail	Sprechstunde
Dr. med. Joachim Springub, Wolfgang Schwarz, Fachübergreifende Gemeinschaftspraxis u. Med. Begutachtung, Neurologie-Psychiatrie/ Psychotherapie – Verkehrsmedizin	Lange Str. 25 (Ärztz. WST/Nähe Krankenhaus) 26655 WST (Olbg)	Tel. 04488 72999 Fax 04488 859935 Telefondienst v. 8- 13 u. 15-18 Mo.-Fr.	auch alle Privat- u. Beamtenkassen/ Beihilfe u. Berufsgenossensch. weitere Infos im Internet www.praxis-springub-schwarz.de

PLASTISCHE CHIRURGIE

Praxis	Adresse	Telefon, E-Mail	Sprechstunde
Juventus Tagesklinik Dr. Michael Wrobel Plastische und Ästhetische Chirurgie Andreas H. Raßloff Zahnheilkunde, Implantologie	Dragoner Str. 1 26135 Oldenburg www.juventus.de	Tel. 0441-2182446 Fax 0441-2182447 info@juventus.de	Individuelle Termine nach Ihren Bedürfnissen
Hand- und Plastische Chirurgie Oldenburg. Dr. med. M. Wrobel, Dr. med. A. Settje, Dr. med. T. Wermter Dr. M. Rüttermann, Dr. med. R. Hoffmann und Priv. Doz. Dr. Christian Herold	Poststr. 1 26122 Oldenburg www.hpc- oldenburg.de	Tel./Fax: 0441/4086855 info@hpc- oldenburg.de	Termine nach Vereinbarung

PLASTISCHE OPERATIONEN

Praxis	Adresse	Telefon, E-Mail	Sprechstunde
Juventus Tagesklinik Dr. Michael Wrobel Plastische und Ästhetische Chirurgie Andreas H. Raßloff Zahnheilkunde, Implantologie	Dragoner Str. 1 26135 Oldenburg www.juventus.de	Tel. 0441-2182446 Fax 0441-2182447 info@juventus.de	Individuelle Termine nach Ihren Bedürfnissen
Aesthetik Team Oldenburg Ästhetische Chirurgie Dr. med. M. Wrobel, Dr. med. A. Settje, Dr. med. T. Wermter Dr. M. Rüttermann, Dr. med. R. Hoffmann und Priv. Doz. Dr. Christian Herold	Poststraße 1 26122 Oldenburg www.aesthetik- team-oldenburg.de	Tel. 0441/99843414 Fax: 0441/4086856 info@aesthetik- team-oldenburg.de	nach Vereinbarung

RADIOLOGISCHE DIAGNOSTIK

Praxis	Adresse	Telefon, E-Mail	Sprechstunde
Radiologie Jade-Weser GbR Brake-Nordenham-Varel-Bremen Dres. Redeker-Standke, Knott, Standke, Morche. Fr. Busche, Hr. Winkler	26919 Brake 26954 Nordenham 26316 Varel 28779 HB- Blumenthal	04401-85985-0 Fax -14 04731-369090-00 Fax 04731-369090-12 04451-9560-12 Fax -14 0421-61073040 Fax 0421-6900607 www.radiologie-jade- weser.de	MRT, CT, Röntgen, Mammographie, Interventionen Dentale Volumetomographie Offenes MRT
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 www.radiologie- oldenburg.de	Mo,Di,Do 8.30-16.30 Uhr Mi 8.30-12.30 Uhr, Fr 8.30-12.30 Uhr und nach Vereinbarung

ORTHOPÄDIE

Praxis	Adresse	Telefon, E-Mail	Sprechstunde
Dr. med. Michael Bier, Facharzt für Orthopädie, Akupunktur, Ganzheitliche Orthopädie, Naturheilverfahren, Chirotherapie	Grüne Straße 4 26121 Oldenburg	0441 / 9 250 250 0441 / 9 250 543	Privatpraxis, Termine n.V., www.Dr-Bier.de, info@Dr- Bier.de
Rainer de Barse Facharzt für Orthopädie, Chirotherapie, Osteologie (DXA - Knochendichtemessung), Stoßwellentherapie	Oldenburger Str. 257 26180 Rastede	04402/ 84040 04402/ 2650	Mo, Die, Do 8-12 u. 15-18 Uhr, Mi + Fr 8-13 Uhr und nach Vereinbarung praxis@orthopaede-rastede- debarse.de <a href="http://www.orthopaede-
rastede-debarse.de">www.orthopaede- rastede-debarse.de
T. Tiller & Dr. G. Stein Ärzt für Orthopädie Orthopädie/Unfallchirurgie/Chirotherapie /Akupunktur	Menckestr. 5 26316 Varel	Tel.04451/8081455 Fax:04451/8081461	nach Vereinbarung Privat und Selbstzahler www.or-phy.de orthopaedie@or-phy.de
Dres. F.Cramer, S-O Meyer, R. Heimbürger, M. Kauss Orthopädie, Sportmed., ESWT, Osteoporose DXA, Akupunktur, Stat. OP	Mozartstr. 30 26655 Westerstede Oldenburger Str. 2a 26160 Bad Zwischenahn	04488-523550 www. orthopaedie-wst.de 04403/6023230 www.orthopaeden- am-meer.de	Mo.-Fr. 8.-12 Uhr, Mo., Di. u. Do. 15-19 Uhr