



Ganzheitlich-ästhetische Zahnmedizin

Gesund im Mund mit 50 plus

Innerhalb von 50 Jahren zerkleinert ein Mensch über 20 Tonnen Nahrung mit seinen Backenzähnen. Das sind ungefähr 40 Kühe und ein Brot mit einer Länge von 4,5 Kilometern – eine enorme Leistung. Umso wichtiger ist es, dass man seine Zähne und weitergehend den gesamten Zahn-Mund-Kiefer-Bereich pflegt, auch und gerade im fortgeschrittenen Alter.

Von Dr. Lena Kertag

Der demographische Wandel zeigt sich auch bei den Zähnen. Die Zahnfleischentzündung (Parodontitis) nimmt bei Älteren zu, die Karies bei Kindern geht zurück. Bei Erwachsenen hat die Wurzelkaries um zehn Prozent zugelegt, bei den Senioren um 30 Prozent; bei ihnen zeigen sich auch schwere Parodontitiden (40 Prozent). Um Zahnlosigkeit im Alter zu vermeiden (heute haben 22,6 Prozent der Senioren noch keine »Dritten«), ist professionelle Prophylaxe unabdingbar.

Mut zur Lücke – oder nicht?

Kleine Lücken können durchaus apart aussehen, etwa bei Totalprothesen; sie unterstreichen die Indi-

vidualität, vermeiden also »Einheitszähne«, bei denen man sofort erkennt, dass gar keine mehr vorhanden sind. Dagegen wirken lückige Zähne mit langen Halsen, wie sie für Parodontose typisch sind, sehr unästhetisch. Und nicht nur das: Der Biss kann sich verändern. Falls auch ein oder mehrere Zähne fehlen, wird es noch gravierender; dann können Knirschen und Pressen (auf der Suche nach dem richtigen Biss) gefährliche und schmerzhafte Veränderungen des Kiefergelenks nach sich ziehen. Die Ermittlung und Wiederherstellung des richtigen Bisses (siehe dazu TOPFIT Nr. 4/2006) ist Voraussetzung für die optimale Zahnsanierung.

Gefahren vorbeugen

Voraussetzung für beste Funktionalität und schöne Zähne im Alter ist die Vermeidung von Gefahren (Rauchen, ungenügende Mundhygiene etc.) sowie eine gezielte professionelle Prophylaxe. Zur Vermeidung von Parodontose sollte man wissen, dass sich das Zahnfleisch schleichend entzündet und recht lange schmerzfrei bleibt. Die ganzheitlich-ästhetische Zahnmedizin sondiert deshalb regelmäßig etwa die Tiefe von Zahnfleischtaschen. Sie bringt zudem Zahn-, Gebiss- und Kaubeschwerden mit anderen körperlichen Problemen in Zusammenhang. U. a. wird die Metallbelastung im Mund getestet, und es werden verschiedene Ausleitungsverfahren und Aufbautherapien eingesetzt.

Doch was tun, wenn Zähne unschön sind oder eben schon fehlen? Dafür stehen heute ästhetisch ansprechende, unsichtbare Lösungen bei Füllungen und Zahnersatz mit biokompatiblen Materialien zur Verfügung. Es gibt zudem immer weniger Teilprothesen und immer



Vorher – nachher: Vollprothesen Ober- und Unterkiefer.



Vorher – nachher: Richtiger Biss und ästhetische Zahnsanierung ergeben ein strahlendes Lächeln.

mehr Implantate (künstliche Zahnwurzeln). Selbstbewusstes Auftreten und ein gewinnendes Lächeln – darauf muss die Generation 50 plus heute nicht mehr verzichten.



DAS INTERVIEW ZUM THEMA

Frau Dr. med. dent. Ilse-Phil Weber (links) betreibt seit 1992 eine Praxis für ganzheitlich-biologische Zahnmedizin, ganzheitliche Kieferorthopädie und Ästhetik in München-Sendling (Kassen und privat). Sie ist zusätzlich in Homöopathie und in Akupunktur ausgebildet und qualifiziertes Mitglied der GZM (Internationale Gesellschaft für ganzheitliche Zahnme-

dizin e.V.). Seit 1988 laufende Fortbildungen in zahnärztlicher Naturheilkunde, seit 1990 in ästhetischer Zahnmedizin (u. a. in Hamburg, Berlin, Würzburg, New York und Las Vegas). Frau Dr. Webers Schwerpunkte sind ganzheitlich-biologische Zahnmedizin und vor allem ästhetische Restaurationen. Ihre Mitarbeiterinnen, Frau Dr. Heidrun Weinert (Mitte) und Frau Dr. Angelika Bayer (rechts), arbeiten ebenfalls als ganzheitliche Zahnärztinnen und bilden sich laufend in zahnärztlicher Ästhetik fort. Weitere Mitglieder der internationalen Praxis sind: eine Praxismanagerin, eine Verwaltungsmitarbeiterin und drei zahnmedizinische Assistentinnen, darunter zwei Prophylaxe-Spezialistinnen. Sprachen in der Praxis (neben Deutsch): Englisch, Französisch, Russisch und Türkisch.

Frau Dr. Weber, kann man sich wirklich bis ins hohe Alter seine Zähne oder zumindest die meisten Zähne erhalten?

Dr. Weber: Ja – allerdings muss man dafür etwas tun. Wir haben heute dank Aufklärungs- und Prophylaxekampagnen beispielsweise weniger Karies bei Kindern. Woran es noch hapert, ist die lebenslange Prophylaxe bei den Spezialisten, d. h. die gezielte professionelle Prophylaxe zur Früherkennung von Risiken, die die Zahngesundheit bzw. die Gesundheit des ganzen Zahn-Mund-Kiefer-Bereichs und darüber hinaus bedrohen.

Was versteht man in der ganzheitlichen Zahnmedizin alles unter Prophylaxe?

Dr. Weinert: Zunächst einmal werden Speicheltests durchgeführt; damit wird ermittelt, wie häufig ein Patient zur Prophylaxe kommen sollte – das ist ja individuell ganz verschieden. Doch eine ganzheitliche Sicht konzentriert sich nicht allein auf die Zähne. Neben dem Aufspüren von Karies und Zahnfleischtaschen, schlecht sitzenden Kronen und Prothesen und vor allem dem Metallanteil im Mund werden auch Ernährung und Darmmilieu (etwa »Pilzdarm« oder »Parasi-

tendarm«) angesprochen und mit individuell getesteten Probiotika oder Homöopathika behandelt. Antibiotika, die z. B. häufig bei Parodontitis verordnet werden, belasten den Darm und können das Immunsystem erheblich stören. Mundschleimhauterkrankungen etwa sind auch ein wichtiges Erkennungszeichen für Allgemeinerkrankungen. Kurz: Eine gezielte Prophylaxe ist sowohl die Basis für den Erhalt der Zähne (und der Allgemeingesundheit) als auch für eine optimale Zahnbehandlung bzw. weitergehende Zahnsanierung.

Die heute 50-, 60- oder 70-Jährigen hatten früher keine Prophylaxe in diesem Sinn. Was tun, wenn die Zähne schlecht sind bzw. schon fehlen?

Dr. Weber: Es kann Ihnen auch in jungen Jahren schon ein Zahn fehlen, etwa wegen eines Unfalls. Aber zum Thema: Es gibt heute wunderschöne ästhetische Lösungen bei fast allen Problemen. Niemand muss mit langen Zahnhälsen, unschönen oder abgebrochenen Zähnen oder gar Lücken leben. Unansehnliche Spalten zwischen den Zähnen kann man ohne Schleifmaßnahmen perfekt schließen. Bei größeren Defekten sind kosmetische Korrekturen mit sogenannten Kompositen, mit Veneers bzw. mit Einzelkronen möglich. Implantate – es gibt sie mittlerweile auch aus verträglichen, biokompatiblen Materialien – sind anstelle von Teilprothesen immer mehr im Kommen. Implantate (künstliche Zahnwurzeln) stellen die Kaufunktion fast wie mit den eigenen Zähnen wieder her – und das bei weitaus besserem Erhalt des Kieferknochens.