



Ganzheitlich-ästhetische Zahnmedizin

Unbeschwert lachen

Gehören Sie zu den Menschen, die sich nur hinter vorgehaltener Hand zu lachen trauen? Weil Sie eine Zahnlücke haben oder unschöne Frontzähne? Das sollten Sie schnellstmöglich ändern, denn es betrifft nicht nur Ihre Zahngesundheit, sondern Ihre Gesundheit überhaupt.

Von Dr. Lena Kertag

Die ersten 15 Sekunden einer Begegnung mit einem anderen Menschen entscheiden über Sympathie und Antipathie – sowohl im geschäftlichen als auch im privaten Bereich. Gewinnbringend ist ein Lächeln; dabei entblößen wir meist leicht unsere Zähne. Problematisch wird es, wenn unser Gegenüber schlechte Zähne oder gar Zahnlücken zu sehen bekommt. Die Hand vor den Mund zu halten oder die Lippen möglichst geschlossen zu lassen macht die Sache nicht besser; der andere kann uns dann nicht offen wahrnehmen und auch nicht klar und deutlich verstehen.

Noch mehr Zähne zeigen wir, wenn wir lachen: Ein herzhaftes, natürliches Lachen ist nur mit geöffnetem Mund möglich. Und hier kommt

die Gesundheit ins Spiel. Lachen ist nämlich ein Gesundbrunnen. Forschungen haben ergeben, dass Lachen weitreichende Auswirkungen auf den gesamten Organismus hat:

- 17 Gesichtsmuskeln werden beim Lachen trainiert.
- Die Atmung wird intensiver; die Lungenfunktion verbessert sich.
- Gleichzeitig werden Brustmuskeln und Zwerchfell aktiviert; in der Folge wird die Darmtätigkeit günstig beeinflusst.
- Und nicht zuletzt: Unser Körper produziert beim Lachen »Glückshormone« (Endorphine); zudem wird unser Immunsystem gestärkt. Kein Wunder, dass es mittlerweile Lach(yoga)schulen gibt, in denen Lachen bewusst trainiert wird – um den Stress einfach wegzulachen.

Ästhetisch schöne Zähne sind machbar

Kein Mensch muss sich wegen fehlender oder schlechter Zähne das Lachen verkneifen, denn die Fortschritte in der ganzheitlich-ästhetischen Zahnmedizin haben zu kleinen »Wundern« bei der Zahnsanierung geführt. Priorität haben dabei Zahnerhaltung (Zahnersatz als letztes Mittel) und minimal-invasive Eingriffe. Im Frontzahnbereich können mithilfe von Kompositen – plastischer Keramik, die direkt im Mund geschichtet und modelliert wird – ohne (allzugroßes) Bohren oder gar Abschleifen – fantastische Ergebnisse erreicht werden. Angesichts zunehmender Allergien spielt auch das Material eine wichtige Rolle: biokompatible Komposite



Vorher – nachher: Die bei einem Unfall abgebrochenen Zähne wurden mit Kompositen saniert – ohne Kronen.



Vorher – nachher: Der fehlende Zahn wird nun durch eine Klebebrücke ergänzt; die Nachbarzähne werden dabei nicht überkront.

und Vollkeramik sind gesundheitlich unbedenklich und ahmen die natürliche Zahnbeschaffenheit perfekt nach.



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 Zahnmedizin e. V.). Seit 1988 laufende Fort-

bildungen 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 Mitarbeiterin, die ungarische Zahnärztin Frau Dr. Kinga Tömöri (rechts), ist auf ganzheitliche Zahnmedizin mit dem Schwerpunkt ganzheitliche Kieferorthopädie spezialisiert. Frau Dr. Heidrun Weinert (Mitte) arbeitet ebenfalls als ganzheitliche Zahnärztin und bildet 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, Ungarisch, Rumänisch und Türkisch.

Frau Dr. Weber, Sie gehören zu den Pionierinnen der ästhetischen Zahnsanierung mit biokompatiblen Materialien. Wieso werden Komposite neben Vollkeramik immer wichtiger?

Dr. Weber: Die biokompatiblen Komposite eignen sich hervorragend für Korrekturen, wenn noch genügend Zahnschichtsubstanz da ist, etwa bei abgebrochenen Zähnen oder bei zu weit auseinander stehenden Frontzähnen; die herkömmliche Methode ist, dass man die Zähne abschleift und mit Veneers oder Kro-

nen versorgt. Dabei kann man in solchen Fällen – manchmal ohne zu bohren, geschweige denn die Zähne abzuschleifen – ein ästhetisch hervorragendes Ergebnis erreichen. Komposite kommen auch bei einer Sanierung bzw. »Schienung« von frei liegenden Zahnhälsen (meist bei Parodontitis der Fall) zum Einsatz. Wichtig ist hierbei die sorgfältige Verarbeitung – also Schichtung, Modellierung und Aushärtung mit UV-Licht –, denn das Material stellt hohe handwerkliche Anforderungen. Oberste Priorität

hat bei uns die weitgehende Erhaltung der natürlichen Zahnschichtsubstanz – und natürlich die Verträglichkeit des Materials.

In welchen Fällen kommt Vollkeramik zum Einsatz?

Dr. Weber: Die Ästhetik von Vollkeramik bei Inlays, Veneers, Kronen und Brücken ist unschlagbar. Das abgestufte, opalartige Schimmern und das natürliche Aussehen des Zahnfleischrands kommt der Natur am nächsten. Mittlerweile gibt es bruchsiceres Zirkonoxid, das sogar bei Implantaten das

Titan ersetzt. Wichtig ist natürlich auch hier die Biokompatibilität. Vollkeramik hat – im Gegensatz zu Metallen und Goldlegierungen – keinerlei gesundheitsschädliche Auswirkungen. Ich kenne zu viele Patienten, die aufgrund einer ganzen Batterie an unterschiedlichsten Metallen im Mund (Amalgam, Metallkronen, Goldinlays) gesundheitliche Probleme hatten. Auch große Hersteller steigen nun auf metallfreie Materialien um.

Sie propagieren Metallfreiheit im Mund. Wie stellen Sie eine Gesundheitsgefährdung durch Metalle fest?

Dr. Weinert: Wir untersuchen generell das Biotop Mundhöhle und machen Störfelder ausfindig. Dafür gibt es unterschiedliche Verfahren. Bewährt hat sich vor allem die Applied Kinesiology, ein verfeinerter Muskeltest, bei dem unterschiedliche Energieniveaus im Körper und Unverträglichkeitsreaktionen aufgespürt werden können. Als ganzheitlich arbeitende Zahnmedizinerinnen haben wir nicht allein die Zähne, sondern auch immer den allgemeinen Gesundheitszustand unserer Patienten im Blick.