

**Patienten-Zeitung der
Schweizerischen
Zahnärzte-Gesellschaft SSO**
www.sso.ch

Zähne

Auch wenn wir Zahnärztinnen und Zahnärzte uns oft eingestehen müssen, dass viele Bemühungen um eine bessere Mundhygiene am mangelnden Verständnis der Bevölkerung für solche Massnahmen zu scheitern scheinen, so tut sich dennoch einiges im Prophylaxebereich: Mit Freude nehmen wir beispielsweise zur Kenntnis, dass nun auch die mundhygienische Lücke bei Kleinkindern im Vorkindergartenalter geschlossen werden konnte. Oder dass neue Internetangebote die Mundhygiene – ganz in unserem Sinn – verbessern helfen. Solchen Erfolgsmeldungen ist eines gemeinsam: Sie kommen nicht von ungefähr und schon gar nicht von alleine. Sie sind die Frucht jahrelanger Bemühungen um Aufklärung und Information in Sachen Kariesprophylaxe und Vermeidung von Zahnbetterkrankungen. Es ist nicht so, dass uns Zahnärztinnen und Zahnärzten dank einer perfekten Mundhygiene in der Bevölkerung dereinst die Arbeit ausgehen würde. Aber schon wenn wir uns die vielen unerfreulichen – und durchaus vermeidbaren! – Sanierungsarbeiten an unschuldigen Milchgebissen ersparen können, ist viel gewonnen. Auch zur Freude unserer jüngsten Patientinnen und Patienten und ihren besorgten Eltern.



Ulrich Rohrbach

Dr. med. dent. Ulrich Rohrbach
Präsident der Schweizerischen Zahn-
ärzte-Gesellschaft SSO

Kariesprävention in Spielgruppen: Spielend zu gesunden Zähnen

Mit Kariesprävention kann nicht früh genug begonnen werden. Wenn Eltern schon kurz nach Durchbruch der ersten Milchzähne ihres Sprösslings auf eine gute Mundhygiene achten, wird er sein strahlendes Lächeln mit grösster Wahrscheinlichkeit ein Leben lang behalten können.

Laut aktuellen Statistiken ist der Kariesbefall in der Schweiz zwar seit den 60er Jahren rückläufig, nimmt jedoch bei Kleinkindern seit einiger Zeit wieder zu. In der Stadt Zürich haben gemäss Erhebung bereits 13% der Zweijährigen kariöse Zähne, bei den Siebenjährigen sind es gar 50%.

Im März dieses Jahres lancierten die Aktion Zahnfreundlich und der Schweizerische Spielgruppen-Leiterinnen-Verband SSLV deshalb die Präventionskampagne «Zahnfreundliche Spielgruppen». Dabei werden Spielgruppenleiterinnen in der Kariesprävention und im Umgang mit dem entsprechenden Unterrichtsmaterial geschult. Das Kariespräventionsprogramm ist auf die spezifischen Bedürfnisse und auf die Lernfähigkeit von Kleinkindern abgestimmt und beinhaltet ebenfalls Informationen an die Eltern. Spielgruppenleiterinnen, die mit dem Programm arbeiten, werden von der Aktion Zahnfreundlich mit dem lachenden Zahnmännchen als «zahnfreundliche Spielgruppe» ausgezeichnet. 55 Spielgruppen konnten diese Auszeichnung bis heute entgegennehmen.

So läuft's

In einem intensiven Einführungsseminar zum Thema «Kariesprävention» werden die Spielgruppenleiterinnen für die Kariesprophylaxe bei Kleinkindern sensibilisiert und gleichzeitig mit dem Unterrichtsmaterial vertraut gemacht. Nach dem Seminarbesuch



THEMEN DIESER AUSGABE

Seite 1
Spielend zu gesunden Zähnen

Seite 2
Günstige Zahnbehandlungen

Seite 3
Zahnstein – weg damit!
Abonnieren Sie Zahnbürsten!

Seite 4
Überall ist Zucker drin ...

**Das Gebiss: Fingerabdruck für
Kriminalisten**

erhalten die mit dem Präventionsprogramm Arbeitenden das Unterrichtsmaterial kostenlos zur Verfügung gestellt. Gleichzeitig werden diese Spielgruppen von der Aktion Zahnfreundlich mit dem Zahnmannchen-Logo als «zahnfreundliche Spielgruppe» ausgezeichnet. Zahnfreundliche Spielgruppen arbeiten nach den folgenden Kriterien:

- Sie informieren die Eltern zum Thema Kariesprävention,
- sie sensibilisieren die Kinder in der Spielgruppe mit einem Bilderbuch, mit einem Zuordnungsspiel, mit Liedern, Versen und Anregungen für gesunde Zwischenmahlzeiten für die Wichtigkeit einer guten Mundhygiene und wirksamen Kariesprävention, und
- sie führen zahnfreundliche Znüni und Zvieri ein.

Seit Lancierung der Aktion im März dieses Jahres haben über 90 Spielgruppenleiterinnen das Einführungsseminar besucht. Die Aktion Zahnfreundlich rechnet damit, dass in den nächsten zwei Jahren über 20'000 Spielgruppenkinder und ihre Eltern mit dem Präventionsprogramm erreicht werden können. Und dass mit der Zeit auch die Zahl jener unglücklichen Kinder zurückgeht, denen in der Schulzahnklinik die Milchzähne unter Vollnarkose saniert werden müssen. Denn die Ursachen für die zunehmende Milchzahnkaries sind bekannt: Veränderte Lebensgewohnheiten, mangelhafte Mundhygiene, Ernährung mit erhöhtem oder dauerndem Zuckerkonsum, permanentes Nuckeln an Flaschen mit Süssgetränken und veränderte soziale Strukturen der Gesellschaft.

Weitere Informationen:

Kariesprävention in Spielgruppen
Frau Petra Hirsig-Geiger
Leiterin Geschäftsstelle
Aktion Zahnfreundlich
Bundesstrasse 29
4054 Basel
E-Mail petra.hirsig@toothfriendly.ch
Internet <http://www.zahnfreundlich.ch>



■ Günstige Zahnbehandlungen – in der Schweiz!

In den Studentenkursen der Zahnmedizinischen Zentren der Universitäten Basel, Bern, Genf und Zürich können sich Patientinnen und Patienten preisgünstig von angehenden Zahnärztinnen und Zahnärzten behandeln lassen. Die Qualität der Behandlung, des verwendeten Materials und der Instrumente ist hoch, die Tarife sind niedrig – dafür dauern die Sitzungen deutlich länger.

Wie schult ein angehender Zahnarzt seine praktischen Fähigkeiten? Indem er konkrete Behandlungen an realen Patienten durchführt. Und wie gelangt man in den Zahnmedizinischen Zentren der Universitäten Basel, Bern, Genf und Zürich zu den entsprechenden Patienten? Indem man diesen eine hochwertige Behandlung zu günstigen Tarifen angedeihen lässt. In den Räumen des Zentrums für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde ZZMK in Zürich beispielsweise stehen auf zwei Etagen insgesamt 44 Behandlungsstationen, in denen gebohrt und geflickt wird. Die sechs Kliniken des Zürcher Zentrums behandeln Zahn-, Mund- und Kieferkrankheiten, Zahnfehlstellungen, Kau-funktionsstörungen, Zahnunfälle, Behinderungen usw. Sowohl für einfache Füllungen wie auch für Implantate, Brücken, Wurzelbehandlungen oder für die Behandlung von Weisheitszahnproblemen ist man hier als Patientin, Patient an der richtigen Adresse. Einzige Voraussetzung: Man muss genügend Zeit mitbringen.

Viermal günstiger – viermal länger

Die professionellen Zahnbehandlungen, die an den Zahnmedizinischen Zentren durchgeführt werden, sind preisgünstig: Das Flicken eines grösseren Lochs im Zahn kostet rund 80 Franken. In einer privaten Zahnarztpraxis müssten dafür rund 300 Franken bezahlt werden. Der Preisunterschied ergibt sich einerseits daraus, dass die Leistungen der ausgebildeten Zahnärzte mit einem Taxpunkt-wert von 3,1 verrechnet werden, während in Privatpraxen dafür 3,5 bis 3,9 Taxpunkt-werte in Rechnung gestellt werden. Zum Zweiten werden für die Leistungen der praktizierenden Studenten – also der angehenden Zahnärzte – nochmals 75% vom Taxpunkt-wert von 3,1 abgezogen. Trotz dieser preisgünstigen Behandlungsmöglichkeit fehlen in Zürich für gewisse Teilbereiche der Zahnmedizin die nötigen Patienten. Konkret

müssten die angehenden Zahnärztinnen und Zahnärzte beispielsweise anhand von Zahnfleischproblemfällen ihre praktischen Behandlungserfahrungen ergänzen können. Doch Patienten mit Zahnfleischproblemen sind offenbar Mangelware. Hinzu kommt, dass viele potenzielle Patienten für die rund viermal längere Behandlungsdauer nicht in Frage kommen. Gerade Arbeitstätige werden Mühe haben, fürs Flicken eines Lochs im Zahn vier Stunden von der Arbeit fernzubleiben. Die derzeit rund 200 in Behandlung stehenden Patienten des ZZMK sind deshalb vor allem Studenten und Leute im AHV-Alter – Bevölkerungsgruppen, die genügend Zeit in ihre Zahnbehandlung investieren können.

Meist ohne Anmeldung

Wer Geld sparen, dafür Zeit investieren möchte, findet sich werktags von 7.30 bis 9.30 Uhr ohne Voranmeldung im Haupteingang des ZZMK an der Plattenstrasse 11 in Zürich ein. Oder werktags von 7.45 bis 8.45 Uhr im Wartekorridor (Parterre) der Zahnmedizinischen Kliniken der Universität Bern an der Freiburgstrasse 7. Oder werktags von 7.45 bis 9.30 Uhr im Zahnmedizinischen Zentrum der Universität Genf an der Rue Barthélemy-Menn 19. Einzig die Klinik für Parodontologie, Endodontologie und Kariologie der Universität Basel an der Hebelstrasse 3 kann nur auf telefonische Voranmeldung hin besucht werden. In der Regel stellt ein Assistenz-zahnarzt fest, ob der konkrete Fall aus zahnmedizinischer Sicht von Interesse für die Ausbildung der Studierenden ist. Ist er dies, wird die Patientin, der Patient direkt einem Kurs zugewiesen. Andernfalls verweist man sie oder ihn an eine andere geeignete Institution. Für viele ist der grössere Zeitaufwand in den Zahnmedizinischen Kliniken kein Hindernis, sondern sogar ein Vorteil: die Behandlung erfolgt weniger hektisch, und die Uhr kann in Ruhe ticken, ohne dass höhere

Kosten befürchtet werden müssen. Dies alles erfolgt im Wissen, dass bei der Behandlung modernste Techniken, Methoden und Geräte zum Einsatz gelangen. Und dass die angehenden Zahnärzte stets nach dem neusten Stand der Forschung arbeiten.

Weitere Informationen:

Universität Bern

Zahnmedizinische Kliniken
Freiburgstrasse 7, 3010 Bern
Internet
<http://www.dentcms.unibe.ch/lenya/zmk/live/Patienten.html>

Universität Basel

Klinik für Parodontologie, Endodontologie und Kariologie
Hebelstrasse 3, 4056 Basel
Telefon 061 267 26 25 (Vor Anmeldung)
Internet
<http://pages.unibas.ch/zfz/>

Université de Genève

Section de Médecine Dentaire
Rue Barthélemy-Mann 19, 1205 Genève
Internet
<http://smd.unige.ch/index.html>

Universität Zürich

Zentrum für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde ZZMK
Plattenstrasse 11, 8032 Zürich
Internet
<http://www.dent.uzh.ch/patienten.html>

■ Zahnstein – weg damit!

Die professionelle Zahnsteinentfernung durch die Dentalhygienikerin wird von vielen Patientinnen und Patienten als unangenehm, oft schmerzhaft empfunden. Viele fragen sich deshalb, ob diese Behandlung angebracht und unbedenklich ist.



Die gute Nachricht vorweg: Eine regelmässige professionelle Zahnsteinentfernung bietet den besten Schutz für Ihre Zähne. Wissenschaftliche Studien belegen, dass diese Behandlung eine möglichst lange Gesunderhaltung der Zähne gewährleistet. Auch wenn die regelmässige Zahnsteinentfernung mit Unannehmlichkeiten wie Behandlungsschmerzen und vorübergehend erhöhter Sensibilität der Zahnhäule verbunden sein kann, ist sie dennoch nötig: Der Bakterienbelag (Plaque), der sich innert Stunden nach dem Zähneputzen auf den Zahnoberflächen neu bildet, würde immer dicker, die heranwachsende Plaque

schliesslich hart und liesse sich danach nicht mehr mit den herkömmlichen Zahnreinigungsinstrumenten entfernen. Ohne Behandlung könnten mit der Zeit Schäden am Zahnfleisch oder gar am Knochen entstehen.

Lassen Sie Ihren Zahnstein deshalb regelmässig von ausgebildeten Fachleuten entfernen. Sie können sicher sein, dass die dafür verwendeten Instrumente keinen Schaden an Ihren gesunden Zähnen oder am Zahnschmelz verursachen – dass Sie damit aber die besten Voraussetzungen für ein langes und gesundes Leben Ihrer Zähne schaffen.

Abonnieren Sie Zahnbürsten!

Die in Zug beheimatete Firma BrushAbo hat eine innovative Idee umgesetzt: sie bietet übers Internet einen Dienst an, mit dem Sie sich regelmässig eine neue Zahnbürste ins Haus schicken lassen können. Damit haben Sie Gewähr, dass Ihre Zähne immer mit einer funktionalen, hygienisch einwandfreien Bürste gereinigt werden. Zahnärztinnen und Zahnärzte der SSO raten, die Zahnbürste alle 1–2 Monate zu wechseln. Denn das feuchtwarme Zahnbürstenklima bietet ideale Voraussetzungen fürs Bakterienwachstum. Bei zu langer Verwendung einer Zahnbürste können sich die Bakterien übermässig vermehren und ein Gesundheitsrisiko darstellen. Zudem nützen sich die Borsten mit der Zeit ab, büssen ihre Reinigungsleistung ein und können das Zahnfleisch verletzen. Ein Zahnbürsten-Abonnement kann hier sehr hilfreich sein, denn es ersetzt einerseits den langweiligen Zahnbürstenkauf und erinnert Sie regelmässig daran, dass es nun an der Zeit ist, Ihre Zahnbürste zu wechseln. Beim Intervall kann zwischen monatlicher, zwei- oder dreimonatlicher Bürstenzustellung gewählt werden.

Weitere Informationen, persönliche Zahnbürsten- oder Geschenk-Abonnemente:

BrushAbo
c/o 25th Floor, Ober Altstadt 7, 6300 Zug, Telefon 079 250 21 20, E-Mail info@brush-abo.ch, Internet <http://www.brushabo.ch>

■ Überall ist Zucker drin...

Kaum ein Nahrungsmittel, das keinen Zucker enthält. Auch in unbedenklich erscheinenden Lebensmitteln ist oft ein hoher Zuckeranteil vorhanden. Doch das Problem ist nicht der Zucker an sich, sondern die grosse Menge, die wir – oft durch Unwissenheit – davon einnehmen.

Die Schweiz wird immer dicker: Jeder dritte Erwachsene und jedes fünfte Kind leiden unter Übergewicht. Schuld daran ist unter anderem die hohe Zuckeraufnahme, die wir unserem Körper täglich zumuten. Doch der Zucker an sich ist nicht das Problem, denn unser Körper braucht davon täglich eine bestimmte

Menge. Allein unser Gehirn benötigt ungefähr 120 Gramm Zucker pro Tag für ein einwandfreies Funktionieren. Ausser der Schädlichkeit von Zucker für unsere Zähne konnte wissenschaftlich kein Zusammenhang zwischen Zuckeraufnahme und Übergewicht nachgewiesen werden. Das Problem mit dem Zucker ist jedoch

die Menge: Wer beispielsweise einen Getreideriegel kauft, geht davon aus, dass er etwas Gesundes erstanden hat. Gerade Getreideriegel enthalten aber nachweislich oft viel Zucker. Auch Süssgetränke wie Colas oder Fruchtsäfte enthalten bis zu 10 Gramm Zucker pro Deziliter. Und gerade weil Getreideriegel und Fruchtsäfte allgemein als gesund gelten, sind sie heimtückische Zuckerlieferanten. Unser Problem mit dem Zucker ist also ein Dosis-Problem: allzuviel davon ist ungesund. Mit einem gänzlichen Verzicht auf Zucker lässt sich aber auch das Kariesproblem unserer Zähne nicht lösen – nur mit der richtigen Zahnputztechnik!



■ Das Gebiss: «Fingerabdruck» für Kriminalisten

Jedes Gebiss ist ein Unikat: Es gibt auf der ganzen Welt keine zwei Menschen mit identischen Zähnen. Diese Tatsache hilft den Forensikern – jenen Spezialisten, die systematisch kriminelle Handlungen identifizieren, analysieren und rekonstruieren – die Identität eines Menschen auch nach dem Ableben aufgrund von Zähnen, Zahnstellung und ausgeführten zahnmedizinischen Eingriffen bestimmen zu können.

Von sich reden gemacht hat die forensische Zahnmedizin insbesondere nach der Tsunami-Katastrophe in Thailand. Viele bis zur Unkenntlichkeit entstellte Leichen konnten nur noch aufgrund von postum erstellten Röntgenbildern durch Vergleiche mit gespeicherten Zahnbehandlungsdaten der Vergangenheit entsprechenden Personen zugeordnet werden. Von allen in Thailand ums Leben gekommenen ausländischen Touristen konnten bis heute über 90% identifiziert werden. Davon wurden 1445 Opfer aufgrund von forensischen Zahnuntersuchungen identifiziert, was fast 80% der erfolgreichen Identifizierungen und über 70% der Gesamtopferzahl entspricht. Auch bei Kapitalverbrechen wie Mord oder Totschlag, aber auch bei Unfällen mit

Todesfolge lassen häufig nur noch zahnmedizinische Daten des Opfers Rückschlüsse auf dessen Identität zu.



Die odontostomatologischen (Zähne und Mundhöhle betreffenden) Identifikationsmethoden forensischer Ermittlungen basieren auf der Tatsache, dass die Zähne und insbesondere der Zahnschmelz zu den härtesten Geweben des Menschen gehören, die besonders widerstandsfähig gegen Verwesung sowie chemische und physikalische Einflüsse sind. Deshalb ist es den Forensikern oft möglich, allein aufgrund eines aufgefundenen Gebisses mittels zahnärztlichen Vergleichsdaten und allfälliger DNA-Analysen ein Opfer eindeutig zu identifizieren.

