

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

# Zähne

Liebe Leserin,  
lieber Leser,



Eine zahnärztliche Behandlung ist etwas anderes als zum Beispiel der Kauf eines Anzugs von der Stange. Der Patient befindet sich in einer ganz bestimmten, nur ihm eigenen Situation, erteilt seinem Zahnarzt einen Auftrag und hat Anspruch darauf, dass dieser Auftrag sorgfältig und nach den Regeln der Kunst ausgeführt wird. Die Füllung, die Krone oder das Implantat werden individuell angepasst. Sie müssen sich über lange Zeit bewähren. Die Beziehung des Patienten zu seinem Zahnarzt oder seiner Zahnärztin bedingt darum Vertrauen. Dazu gehört auch, dass sich niemand zu schämen braucht, seinen Zahnarzt nach einer Behandlungsvariante zu fragen, die den eigenen finanziellen Verhältnissen entspricht. Für die Behebung eines Zahnschadens gibt es häufig verschiedene Möglichkeiten: Bescheidene, kostengünstige oder auch teurere Arbeiten. Sprechen Sie uns darauf an! Zusammen finden wir eine passende Lösung.

Herzlich, Ihr

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

## THEMEN DIESER AUSGABE

Seite 2  
**Zahnunfall! Was ist zu tun?**

Seite 3  
**Tarif und Rechnungen in der Zahnarztpraxis**

**Wussten Sie ...?**

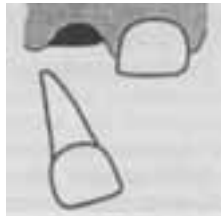
Seite 4  
**Zuckerfreie Zeiten**  
**Was Sie schon immer über Zähne wissen wollten ...**

**Leserfragen**

## ■ Zahnunfall! Was ist zu tun?

Bei einem Zahnunfall muss schnell und richtig gehandelt werden.

### Heraus geschlagener Zahn



Suchen Sie den Zahn! Er kann erfolgreich wieder eingesetzt werden. Fassen Sie nur die Zahnkrone an. Berühren Sie den Zahn nicht an der Zahnwurzel, weil diese fast vollständig mit lebenden Zellen bedeckt ist. Auch wenn der Zahn verschmutzt ist, dürfen sie ihn auf keinen Fall reinigen. Zum Transport wird der Zahn am besten in ein spezielles Nährmedium gelegt: z.B. in die Zahnrettungsbox «Dentosafe». Sie kann in Apotheken und Drogerien gekauft werden. Für Schulen und Sportclubs ist es sinnvoll, eine solche Zahnrettungsbox anzuschaffen. Ist eine Arztpraxis oder eine Apotheke in der Nähe, kann dort rasch eine sterile Kochsalzlösung gemischt werden. Für eine kurze Zeit kann der ausgeschlagene Zahn auch in steriler Milch (UHT) gelagert werden. Notfalls ist der Zahn zum Feuchthalten in Kunststoff-Folie (Gefrierbeutel usw.) einzuwickeln. Wenig geeignet (aber immer noch besser als eine trockene Aufbewahrung) ist Wasser. Nie Papier zum Einwickeln verwenden!



Zahnunfälle können sich überall ereignen: in der Schule, im Sportclub, bei der Arbeit oder in der Freizeit.

### Zahnlockerung

Manipulieren Sie nicht am gelockerten Zahn herum. Suchen Sie rasch eine Zahnarztpraxis auf.



### Der Zahn ist nicht mehr zu sehen

Der Zahn kann heraus geschlagen sein oder aber er wurde in den Kiefer hinein geschlagen. Suchen Sie rasch die Umgebung nach dem Zahn ab! Dann sofort den Zahnarzt aufsuchen. Ein Röntgenbild gibt Aufschluss darüber, ob der Zahn im Kiefer steckt oder ausgeschlagen wurde.

### Eine Ecke ist abgebrochen (Kronenfraktur)

Suchen Sie das abgebrochene Stück. Bei abgebrochenen Zahnkronen gilt: je mehr abgebrochen ist, um so dringender ist eine Behandlung innert kurzer Zeit. Die Bruchstücke sollen feucht und keimarm (zum Beispiel in der Zahnrettungsbox) transportiert werden. In der Zahnarztpraxis können sie mit Spezialkleber oft wieder am Zahn befestigt werden.

### Trotz Unfall: Es ist nichts zu sehen

Zahnarzt aufsuchen, Zähne untersuchen lassen! Obwohl nichts zu sehen ist, kann zum Beispiel die Wurzel gebrochen sein. Auch sind später Folgeschäden möglich (siehe Kasten «Zahnunfall und Versicherung», nächste Seite)!

## Tarif und Rechnungen in der Zahnarztpraxis

Die Zahnärzte sind seit dem 1. Juni 2004 der Preisbekanntgabeverordnung (PBV) unterstellt.

Was kann der Patient durch diese Information erfahren?

In jeder Zahnarztpraxis ist der gültige Taxpunktwert oder ein Stundenansatz anzuschreiben und ein Kurztarif aufzulegen. Dies soll dem Patienten ermöglichen, gleiche Leistungen unter verschiedenen Zahnärzten zu vergleichen. Was aber ist ein Taxpunktwert?

Seit 1976 besteht ein betriebswirtschaftlich kalkulierter Zahnarzttarif, welcher über 500 Leistungen enthält. Jeder dieser Leistungen ist eine Anzahl Taxpunkte zugeordnet. Diese Taxpunktzahl widerspiegelt in etwa den Zeitaufwand, der für diese Leistung im Durchschnitt benötigt wird. Dadurch, dass die Leistungen einzeln auf der Rechnung aufgeführt werden, kann der Patient genau nachvollziehen, was bei ihm gemacht worden ist.



Um zu einem Frankenbetrag zu kommen, wird die Anzahl Taxpunkte mit einem Taxpunktwert multipliziert. Für die Sozialversicherungen beträgt dieser Taxpunktwert Fr. 3.10; für Privatpatienten kann er variabel sein, und zwar nach unten beliebig, nach oben aber bis höchstens Fr. 4.95.

Wesentlich für den tatsächlich zu bezahlenden Preis ist letztlich die angewandte Therapie. Wenn bei einer Patientin oder einem Patienten eine zahnmedizinische Behandlung notwendig ist, dann gibt es in der Regel mehrere mögliche Behandlungsvarianten. Oft gibt es günstigere und teurere Therapiemöglichkeiten. Bei Zweifeln kann es sinnvoll sein, sich in einer weiteren Zahnarztpraxis einen alternativen Behandlungs- und Kostenvoranschlag machen zu lassen.

Wer sich für die Tarifberechnung und für die einzelnen Tarifpositionen interessiert, findet diese im Internet unter [www.sso.ch](http://www.sso.ch). Den Tarif kann man zum Preis von Fr. 40.– (plus MWSt und Porto) bei der SUVA in Luzern bestellen. Eine Kurzfassung gibt es kostenlos beim SSO-Shop, Postfach, 3000 Bern 8.

## Zahnunfall und Versicherung

Alle Zahnunfälle sind unverzüglich der Versicherung zu melden. Das volle Ausmass eines Zahnschadens zeigt sich oft erst nach Jahren. Die Behandlung kann sehr viel teurer zu stehen kommen, als im Moment des Unfalls abzusehen ist. Insbesondere bei Schul- und Arbeitsunfällen und tätlichen Auseinandersetzungen muss der Zahnunfall dokumentiert werden. Nur durch gut dokumentierte zahnärztliche Untersuchungen kann ein eventueller Folgeschaden auf den Unfall zurückgeführt werden. Und nur dann sind die Versicherungen verpflichtet, die Kosten für die Behandlung zu übernehmen.

## Zahn- schutz und Sport



Wussten Sie, dass die Hälfte aller Sportverletzungen den Mundbereich betreffen? Besonders häufig zu Zahnverletzungen kommt es bei Fuss- und Handball, Rugby, Eis- und Landhockey, Basketball sowie Kampfsportarten. Zahnunfälle ereignen sich aber auch oft bei typischen Freizeitsportarten wie Skifahren, Mountainbiken oder Inlineskating. Die meisten dieser Verletzungen könnten durch das Tragen eines Zahnschutzes gemildert oder ganz vermieden werden.

Zahnschutz gibt es in verschiedenen Varianten. Die beste Schutzwirkung erzielt man mit einem laborgefertigten Zahnschutz. Er wird individuell nach einem Kiefer-Abdruck der Sportlerin oder des Sportlers angefertigt. Billiger ist ein Zahnschutz aus dem Sportgeschäft. Er kann aber schlechter oder gar nicht angepasst werden und bietet darum weniger Halt und deutlich weniger Schutz.

## Die Kunst der Zahntechnik

### Erstellen einer Krone

Die Arbeit des Zahntechnikers und der Zahntechnikerin bedeutet Präzision und Zeitaufwand:

- Gerüstmodellation
- Ausbetten und Einbetten (Metall / Wachs)
- Giessen (Legierung / Gold)
- Sandstrahlen
- Keramik auftragen
- Farbprobe
- Schleifen
- Einprobe
- Farbkontrolle am Patienten



VZLS VERBAND ZAHNTECHNISCHER  
LABORATORIEN DER SCHWEIZ  
ALPDS ASSOCIATION DES LABORATOIRES  
DENTAIRES DE SUISSE  
ALPDS ASSOCIAZIONE DEI LABORATORI  
DI PROTESI DENTARIAT SVIZZERI

[WWW.SWISSDENTAL.CH](http://WWW.SWISSDENTAL.CH)

## Zuckerfreie Zeiten

*Mediziner sprechen im Zusammenhang mit dem Mund von einem «Biotop», und dieses Biotop braucht zuckerfreie Zeiten.*

Zucker wird von Bakterien im Zahnbelag (Plaque) in Säuren umgewandelt. Diese Säuren greifen den Zahnschmelz an und entkalken ihn (Demineralisation). Wiederholt sich der Säureangriff mehrmals täglich, zum Beispiel durch mehrere zuckerhaltige Zwischenmahlzeiten und Getränke, so bleibt für die natürliche Remineralisation (Wiedereinlagerung von Mineralien) aus dem Speichel nicht genügend Zeit. Über Monate entstehen somit Löcher in den Zähnen: Karies. Dies ist der Grund, warum Zahnärzte es nicht gerne sehen, wenn zuckerhaltige Süßwaren den ganzen Tag über genascht werden. Aus zahnmedizinischer Sicht ist nicht die Menge des Zuckers das grösste Problem, sondern die Gewohnheit, wiederholt zuckerhaltige Speisen in den Mund zu nehmen. Isst man Süßes nämlich auf ein Ma(h)l, dann produzieren die Bakterien im Mund zwar eine Menge Säure. Der Speichel kann diese Säure aber meistens wieder neutralisieren. Wer auf die kleinen, süßen Naschereien zwischendurch nicht verzichten mag,

der achte auf Produkte mit diesem Symbol:



Süsswaren, die mit diesem Zahnmännchen gekennzeichnet sind, sind «zahnfreundlich» und gelten aus zahnärztlicher Sicht als unbedenklich. Schokolade, Kaugummis oder Bonbons mit diesem Zeichen sind wissenschaftlich geprüft und verursachen weder Karies noch Säureschäden.

Beugen Sie Karies bereits über die Ernährung vor:

- harte, faserige und frische Nahrung wie Frischobst, Salate und körniges Brot ist gut für gesunde Zähne und unterstützt die Zahnreinigung.
- geregelte Mahlzeiten und *keine zuckerhaltige Zwischenmahlzeiten*.
- unmittelbar nach jeder Mahlzeit, insbesondere nach dem Genuss von Süßigkeiten, Zähne putzen.



### Wussten Sie ...

*...dass kariesverursachende Bakterien von den Eltern auf die Kinder übertragen werden können? Dies kann durch wiederholtes Ablecken des Löffels und Nuggis oder beim Austausch von Zärtlichkeiten geschehen.*

### Wussten Sie ...

*...dass der Mensch seine Zähne seit fast zwei Mio. Jahren reinigt? Knochenfunde in Tansania legen nahe, dass schon vor 1,8 Millionen Jahren Zahnstocher verwendet wurden. Die alten Ägypter stellten bereits eine Art Zahnpasta her, indem sie Bimsstein zu Pulver zerkleinerten, mit Essig vermischten und auf kleine Stöckchen auftrugen.*

### Wussten Sie ...

*...dass zuckerkrank Menschen häufiger an Parodontitis und Karies leiden, als Menschen, deren Stoffwechsel gesund ist? Für Diabetiker ist es daher besonders wichtig, sich mit einer tadellosen Mundhygiene und mit gut eingestellten Blutzuckerwerten vor Zahnerkrankungen zu schützen.*

## Was Sie schon immer über Zähne wissen wollten...



Leiden Sie unter Parodontitis? Braucht Ihr Kind eine kieferorthopädische Behandlung? Haben Sie Fragen zum Zahnarztтарif? Wollen Sie wissen, wie man Karies vermeiden kann?

Nutzen Sie jetzt den nachstehenden Bestellcoupon, um kostenlos Schwerpunktnummern von «Zähne» nachzubestellen (solange Vorrat).

### Schwerpunktthema:

### «Zähne» Nr.:

Zahnschäden und Versicherungen	1 und 10
Schulzahnpflege	2 und 21
Füllungsmaterialien	3
Zahnarztтарif	4 (vergriffen)
Parodontitis	5 und 14
Fluorid	6
Kieferorthopädie	7
Mutter und Kind	8
Röntgen	9 und 24
Ästhetik und Zähne	11 und 20
Die Einrichtung der Zahnarztpraxis	12
Karies	15
Zahnverlust und Zahnersatz	16
Ernährung und Kinderzähne	17
Rauchen und Zähne	18
Sport und Zahngesundheit	19
Mundhygiene und Ernährung	22
Kranke Zähne – kranker Mensch?	23
Laser	25

### Bestellcoupon

Ja, schicken Sie mir kostenlos je ein Exemplar folgender Ausgaben von «Zähne» (bitte Nummern der gewünschten Ausgaben angeben):

Nr. \_\_\_\_\_

Vorname und Name \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_

PLZ / Ort \_\_\_\_\_

**Bitte ausschneiden und einsenden an:  
SSO-Shop, Postfach, 3000 Bern 8**

## Leserfragen

«Wie finde ich einen Zahnarzt? Und wie weiss ich, ob er günstig oder teuer ist?»

A. Trechsel

Oft kann man sich bei Verwandten oder Bekannten einen Zahnarzt oder eine Zahnärztin empfehlen lassen. Jede Zahnarztpraxis informiert über die Höhe des angewandten Taxpunktwertes. Für ein gegebenes Problem gibt es meist aber verschiedene (und auch verschiedene teure) Therapiemöglichkeiten. Bei grösseren Behandlungen kann es sinnvoll sein, sich in zwei oder drei Praxen Behandlungsvorschläge erstellen zu lassen. Ein solcher Kostenvoranschlag muss zwar bezahlt werden, sagt aber über den zu bezahlenden Preis sehr viel mehr aus als Unterschiede im Taxpunktwert (siehe auch Artikel Seite 2).

«Unsere Tochter Anna (6 Monate) scheint zu zahnern. Sie gerät schon wegen Kleinigkeiten aus der Fassung, weint häufig und hat dabei ganz heisse, rote Bäckchen. Wissen Sie Rat?» S. Reichen

Wenn Ihnen bei Anna die heissen Wangen auffallen, so hat sie wahrscheinlich Fieber. Bei Fieber läuft im Körper alles auf Hochtouren. Das begünstigt den Zahndurchbruch. Vor allem in den ersten sechs Lebensmonaten sollte der Kinderarzt informiert werden, wenn das Kind hohes Fieber hat. Erst wenn der Arzt oder die Ärztin keine Krankheit findet, darf das Fieber dem Zahnern zugeschrieben werden. Das zahnende Kind hat oft das Bedürfnis, auf einem Beissring oder auch einem Stück Brot mit Kruste zu kauen. Fenchelstängel enthalten beruhigende, schmerzlindernde Stoffe. Zahnungsgelées sollten sehr zurückhaltend verwendet werden, da diese anästhesierende Substanzen enthalten, die durch die Mundschleimhaut direkt ins Blut gelangen. Verlangen Sie «zahnschonende» Produkte, welche den Zähnen nicht schaden. Homöopathische Kügelchen enthalten oft Milchzucker, welcher Karies fördert.

«Ich habe viele Löcher in den Zähnen, aber dafür kann ich nichts: bei uns in der Familie haben nämlich alle schlechte Zähne!»

P. de Belot

Tatsächlich kann der Eine eine gefährlichere Plaque als der Andere haben oder sein Gebiss weist gleichmässiger Zähne auf, die leichter sauber zu halten sind. Das heisst aber nicht, dass man seine Eltern oder seine Gene verantwortlich machen kann, wenn man Karies hat. Wer seine Zähne richtig reinigt und selten Zucker isst, wird keine Löcher in den Zähnen haben. Lesen Sie den Artikel «Zuckerfreie Zeiten» auf Seite 3!