

SSO

Ältere Menschen mit besserer Zahngesundheit



Ältere Menschen leben heute aktiver, tragen mehr Sorge zu ihren Zähnen und gehen häufiger zum Zahnarzt als früher. (Foto: iStockphoto.com)

Patientinnen und Patienten erleben heute eine komfortable Situation: Viele Zahnärztinnen und Zahnärzte SSO haben in ihrer Wochenagenda für dringende Behandlungen noch Termine frei. Innovative Geschäftsmodelle und flexible Praxisöffnungszeiten erlauben den Behandlern, auf die veränderten Bedürfnisse der Patienten einzugehen. Dies ist die angenehme Folge einer guten bis sehr guten zahnärztlichen Versorgung der Schweizer Bevölkerung: Unser Land zählt mehr als 4'000 Zahnarztpraxen mit über 4'600 Behandlerinnen und Behndlern. Auf 1'700 Einwohnerinnen und Einwohner kommt demnach ein Zahnarzt, was europäisch als Spitzenwert bezeichnet werden kann.

Doch wird das auch in Zukunft so bleiben? Angesichts der Bevölkerungsentwicklung und

der Altersverteilung der heute aktiven Zahnärzte sind Zweifel erlaubt. Zum einen gehen in den nächsten zehn Jahren überdurchschnittlich viele Praxisinhaber in Pension – oder sie treten

>> Fortsetzung auf Seite 2

> 1'129 Tausendeinhundertneundzwanzig Personen im Alter zwischen 15 bis 75 Jahren wurden 2010 im Rahmen der zehnjährlichen Publikumsbefragung der SSO durch das unabhängige Marktforschungsinstitut Demoscope kontaktiert. Über 80 % der Befragten wissen, dass Zahnkaries vermeidbar ist, mehr als die Hälfte putzt die Zähne täglich zweimal. 96 % lassen ihre Zähne regelmässig durch einen SSO-Zahnarzt kontrollieren und behandeln. Ebenso viele sind mit ihrem SSO-Zahnarzt «zufrieden» bis «sehr zufrieden» – signifikant mehr, als in jener Gruppe, die von Nicht-SSO-Mitgliedern versorgt wird.

Weitere Informationen: www.sso.ch

beruflich kürzer. Zum andern tragen ältere Menschen heute mehr Sorge zu ihren Zähnen als früher. Das heisst: Sie behalten immer länger ihre natürlichen Zähne, lassen sie öfter kontrollieren und haben höhere Ansprüche an die dentale Ästhetik. Sie gehören zur Generation der sogenannten «Baby-boomer» und gestalten das Rentenalter in der Regel aktiver und gesünder als ihre Mütter und Grossväter.

Die Ergebnisse der jüngsten SSO-Publikumsumfrage belegen diesen Trend: Viele ältere Menschen ernähren sich heute bewusster, achten auf ihren Zuckerkonsum und setzen zur täglichen Mundhygiene öfter verschiedenartige Zahnpflegeprodukte ein. Insbesondere Zahnseide wird markant häufiger verwendet als noch vor wenigen Jahren. Gaben im Jahr 2000 45% der befragten über 50-Jährigen an, ihre Zähne mit Zahnseide zu reinigen, waren es 2010 bereits 57%. Diese erfreuliche Entwicklung ist auch eine Folge der jahrzehntelangen Bemühungen der SSO in der Präventionsarbeit. SSO-Zahnärztinnen und SSO-Zahnärzte klären ihre Patienten über wirksame Prophylaxemassnahmen auf und sensibilisieren sie für die Wichtigkeit guter Mundhygiene.

Die steigende Lebenserwartung und das höhere Bewusstsein für eine gute Zahngesundheit dürften in den kommenden Jahren zu einer stärkeren Nachfrage nach zahnmedizinischen Leistungen führen. Um die gute Qualität der zahnmedizinischen Versorgung müssen sich Patientinnen und Patienten aber auch künftig keine Sorgen machen: Schweizer Zahnärztinnen und Zahnärzte gehören dank stetiger Fortbildung zu den besten der Welt, und die Weiterentwicklung moderner Behandlungsmethoden wird Zahnarztbesuche kürzer und angenehmer machen.

RATGEBER

Knochenaufbau bei Zahnimplantaten

Bei einem Zahnverlust kann sich das Knochenmaterial des Kiefers lokal abbauen. Soll die Lücke – zum Beispiel mit einem Implantat – geschlossen werden, muss der Kiefer vorgängig oder gleichzeitig mit neuem Knochenmaterial versorgt werden.

An künstliche Zähne werden hohe Anforderungen gestellt: Sie sollen Lücken füllen, kräftig zubeissen können und erst noch schön aussehen. Zur Verankerung dieser Zähne verwenden Zahnärzte vielfach Implantate. Das sind Schrauben, meist aus Titan, die als künstliche Zahnwurzel in den Kieferknochen gedreht werden. Sie können jedoch nur dort eingesetzt werden, wo genügend Knochen fürs Eindrehen der Schrauben vorhanden ist. Ist dies nicht (mehr) der Fall, muss die erforderliche Stärke des Knochens durch Einbringen von neuem Knochenmaterial wiederhergestellt werden.



Trotz Knochenabbau lassen sich heute bei vielen Patienten Implantate für künstliche Zähne einsetzen. (Foto: Fotolia.com)

Aus der Verpackung

Zum Knochenaufbau kann Knochenmaterial von einer andern Stelle des Kiefers oder bei grösserem Bedarf vom Becken entnommen werden, um es dann an der gewünschten Stelle einzupflanzen. Für Patientinnen und Patienten ist dieser Eingriff sehr belastend und oft schmerzhaft. Deshalb wurden Knochenersatzmaterialien entwickelt, die direkt «aus der Verpackung» verwendet werden können. An synthetischem Knochenmaterial wird derzeit intensiv geforscht, auch an Schweizer Universitäten. Schliesslich muss das Material den hohen mechanischen Belastungen im Kiefer standhalten und

gleichzeitig vor weiterem Knochenabbau schützen.

Knochenwachstum steuern

Bei einem Knochenaufbau wird neben dem Knochenersatzmaterial meist auch eine Membran verwendet. Die Membran soll verhindern, dass die schnell wachsenden Zellen des Weichgewebes (Zahnfleisch) wieder in den Defekt einwachsen. Damit können Zahnmediziner die Knochenregeneration gezielt steuern.



Implantate sind Schrauben, meist aus Titan, auf denen der Zahnersatz befestigt wird. (Foto: Fotolia.com)

Die Art des Knochenabbaus ist von Patient zu Patient verschieden. Je nachdem wieviel Knochenmaterial vorhanden ist, wählt der spezialisierte Zahnarzt oder die erfahrene Kieferchirurgin die richtige Behandlungsmethode: körpereigenes Knochenmaterial oder die «gesteuerte Knochenregeneration». Vielen Patientinnen und Patienten können so, trotz Knochenabbau, Implantate für künstliche Zähne verankert werden.

Zahnfreundlich: weit mehr als «zuckerfrei»

Viele Lebensmittel werden als «zuckerfrei» angepriesen. Zuckerfrei ist jedoch nicht immer gleichbedeutend mit zahnfreundlich. Nur Produkte, die das Zahnmännchen tragen, sind garantiert unschädlich für unsere Zähne.

Bei der Herstellung von zahnfreundlichen Produkten kommt es nicht nur auf das Weglassen von Zucker an. Auch andere Inhaltsstoffe wie beispielsweise Säuerungsmittel spielen eine entscheidende Rolle. Vor allem die beliebten sauren Erfrischungsgetränke, aber auch saure Bonbons enthalten Fruchtsäuren. Sie wirken direkt auf die Zahnoberflächen ein, können sie «aufweichen» und damit zu einem Verlust von Zahnhartsubstanz führen. Besonders stark demineralisierend ist Zitronensäure. Gerade diese Säure wird aber Getränken oft zugesetzt, da sie Fruchtaromen geschmacklich besonders gut unterstützt. Durch Absenkung des pH-Wertes des Getränks verlängert sie seine Haltbarkeit, auch nach dem Öffnen. So kommt es, dass auch zuckerfreie Lebensmittel die Zähne angreifen können. Wer beim

Einkaufen sichergehen möchte, dass er wirklich zahnfreundliche Produkte kauft, sollte deshalb auf das Zahnmännchen achten. Dieses Signet kennzeichnet Produkte, die in einem wissenschaftlichen Test auf ihre Zahnfreundlichkeit geprüft worden sind.

Wissenschaftlich getestet

Das aufwendige Testverfahren wird von unabhängigen Universitätsinstituten durchgeführt. Als zahnfreundlich gelten Produkte, die weder kariogen noch erosiv sind. Kariogen bezieht sich auf verschiedene Zuckerarten und bedeutet, dass das Produkt Karies verursachen kann. Das erosive Schadenspotential bezieht sich auf den Säuregehalt. Kann ein negativer Einfluss auf die Zähne in

>> Fortsetzung auf Seite 4



Wer wirklich zahnfreundliche Produkte kaufen will, soll auf das Zahnmännchen-Logo achten. (Foto: iStockphoto.com)



Milchzähne sind besonders empfindlich: Geben Sie Ihrem Kind zwischen den Mahlzeiten keine zuckerhaltigen Produkte. (Foto: iStockphoto.com)

Spülen bitte!

Nach Erbrechen und/oder saurem Aufstossen sollte der Mund mit Wasser ausgespült oder mit einer fluoridhaltigen Spüllösung gereinigt werden. Aufs Zähneputzen sollte unmittelbar danach verzichtet werden, denn der von der Magensäure aufgeweichte Zahnschmelz könnte durch das Bürsten beschädigt werden.

Wasabi

Der aussergewöhnlich scharfe Wasabi (japanischer Meerrettich), der unter anderem zu Sushi serviert wird, hemmt Karies, denn die schwefelhaltige Zusammensetzung von Wasabi vermindert die Haftung kariesverursachender Bakterien auf der Zahnoberfläche.

Wer hat Angst?

Bei vielen Patientinnen und Patienten lösen Bohrgeräusche und der Gedanke an die bevorstehende Zahnbehandlung Ängste aus. Zahnärzte verfügen heute aber über effiziente Anästhesiemethoden. Auf der SSO-Homepage finden Sie Zahnmediziner, die Hypnose als sanfte Hilfe bei Zahnarztangst anbieten.

Häufigste Infektionskrankheit

Mit einem Verbreitungsgrad von weltweit über 95 % gehört Karies heute zu den am weitesten verbreiteten Infektionskrankheiten. Dabei ist diese Krankheit vermeidbar: durch gute Mundhygiene, durch zahngesunde Essgewohnheiten und durch regelmässige Besuche beim Zahnarzt bzw. bei der Dentalhygienikerin.

Nur ausspucken

Fluoride in der Zahnpaste schützen Ihre Zähne vor Karies. Wenn Sie nach dem Zähneputzen Ihren Mund mit Wasser ausspülen, verringern Sie die Fluoridkonzentration. Spucken Sie nach dem Zähneputzen nur aus, so wirkt das Fluorid länger auf Ihre Zähne ein und schützt diese besser vor Karies.

Mehr zu diesen Themen:

www.sso.ch

>> Fortsetzung von Seite 3

jeder Hinsicht ausgeschlossen werden, darf das Produkt das Zahnmännchen-Logo tragen. Somit wird garantiert: wo das Zahnmännchen drauf steht, ist auch zahnfreundlich drin!

Aktion Zahnfreundlich

Die Aktion Zahnfreundlich, der gemeinnützige Trägerverein des Zahnmännchens, zeichnet seit bald 30 Jahren zahnfreundliche Produkte aus. Neben Süswaren tragen mittlerweile auch Baby-Tees, pflanzliche Heilmittel und sogar ein Schnuller den lachenden Zahn mit dem Schirm. Mehr Informationen über das Zahnmännchen und die Aktion Zahnfreundlich: www.zahnfreundlich.ch

Tipps vom Zahnmännchen

- Nicht die Menge an konsumiertem Zucker ist ausschlaggebend, sondern die Häufigkeit der Einnahme. Denn wird ständig Zucker zugeführt, kann sich die neutralisierende Wirkung des Speichels nicht entfalten. Bei der Säure spielt neben der Konsumhäufigkeit auch deren Konzentration eine Rolle.
- «Zuckerfrei» allein bedeutet nicht «zahnfreundlich»! Orientieren Sie sich beim Kauf von Süssigkeiten am Zahnmännchen – dem einzigen Qualitätslabel, das garantiert, dass ein Produkt weder Karies noch Erosionen verursacht.
- Kleinkinder sind besonders gefährdet, da die Milchzähne gleich nach dem Durchbruch besonders empfindlich sind. Geben Sie Ihrem Kind deshalb zwischen den Mahlzeiten keine zuckerhaltigen Produkte.

CARTOON

