

Zahn-Check noch in diesem Jahr spart Geld

Der Jahreswechsel naht. Mit einem einfachen Zahnarztbesuch kann man sich jetzt noch höhere Zuschüsse sichern, sollte zukünftig Zahnersatz nötig sein. Entscheidend für die „Lizenz zum Geld sparen“ ist das Bonusheft. Können Sie belegen, dass Sie in den vergangenen fünf Jahren jährlich beim Zahnarzt waren, erhöht sich die Zuzahlung der Krankenkasse um 20 Prozent. Sind im Bonusheft sogar regelmäßige Zahnarztbesuche in den vergangenen zehn Jahren verzeichnet, erhalten Sie einen um 30 Prozent höheren Festzuschuss.

Experten empfehlen sogar zwei Zahnarztbesuche pro Jahr. Wichtig: Die Praxisgebühr wird auch bei zwei reinen Kontrolluntersuchungen im Jahr nicht erhoben. „Zahnstein kann einmal pro Jahr bei der Kontrolle entfernt werden, ohne dass die zehn Euro fällig werden. Sind beim Vorsorgetermin Röntgenaufnahmen erforderlich, macht der Zahnarzt eine Vitalitätsprüfung oder erhebt er einen Parodontitis-Status, gilt das ebenso“, führt Kropp aus.

Sollte das Bonusheft einmal verloren gehen, kann Ihr Zahnarzt ein neues Heft mit den entsprechenden Nachweisen ausfüllen. Auch bei einem Wechsel des Zahnarztes behält das Bonusheft seine Gültigkeit. Alte Bonushefte sollten nicht weggeworfen werden. Sie sind bei einer möglichen prothetischen Versorgung Ihrer Krankenkasse vorzulegen.

Außerdem hilft regelmäßige zahnärztliche Kontrolle und Be-

handlung über das Bonussystem auch bei notwendigem Zahnersatz die Kostenbelastung für den Patienten zu reduzieren. Neueste wissenschaftliche Untersuchungen beweisen, dass gesunde Zähne eine immer wichtigere Rolle spielen. Die Untersuchungsergebnisse zeigen die engen Wechselbeziehungen zwischen schwerwiegenden allgemeingesundheitlichen Störungen wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes, Lungenerkrankungen, Erkrankungen des Stütz- und Halteapparats sowie Osteoporose zu den Erkrankungen der Mundhöhle zunehmend deutlicher auf. Deswegen ist Vorbeugung, das rechtzeitige Erkennen von Erkrankungen der Mundhöhle und eine intakte, funktionsfähige Zahnreihe von großer Wichtigkeit für die Vermeidung lebensbedrohlicher Allgemeinerkrankungen.



Stress pur für die Zähne

Kaum ein Patient weißes: Wer über einen längeren Zeitraum hinweg täglich bis zu zehn Zigaretten raucht, hat nach jüngsten Forschungen im Durchschnitt ein dreifach erhöhtes Parodontose-Risiko. Das zerstörte Immunsystem der Mundhöhle bedingt tiefere „Taschen“ im Zahnfleisch, einen stärkeren Abbau des Kieferknochens und erheblich schlechtere Heilungschancen. Anders als bei Nichtrauchern bleiben bei Rauchern Frühwarnzeichen auf Parodontose wie Blutungen des Zahnfleisches und Schmerzen aus. Darüber hinaus steigt die Gefahr, an Mundhöhlenkrebs zu erkranken, bei Rauchern auf bis das Vierfache im Vergleich zu Nichtrauchern. Bei gleichzeitigem Alkoholkonsum liegt dieses Risiko sogar beim bis zu Fünfzehnfachen.

Starker Zigarettenkonsum ist ein Stressfaktor für die Zähne – der ruppige Umgang mit der Zahnbürste ein anderer. Muskelspiele sind beim Zähneputzen unangebracht. Wer die morgendliche Zahnreinigung mit Bodybuilding verwechselt und kräftig schrubbt, fördert den Abbau der „harten“ Zahnschmelzsubstanz. Auch falsche Putztechnik führt zu diesen unerwünschten Nebenwirkungen. Gleichzeitig wird bei intensivem Schrubben auch das Zahnfleisch geschädigt.

Ein typisches Beispiel für eine nicht auf Bakterien beruhende

Schädigung des Zahns: Der Zahnschmelz wird durch säurehaltige Nahrungsmittel aufgeweicht und dadurch angreifbar. Ein leckerer, grüner Apfel gehört beispielsweise zu den Speisen, die im Mund ein saures Milieu verursachen. Um zu vermeiden, dass nach dem Verzehr eines Apfels der aufgeweichte Zahnschmelz abgetragen wird, sollte man mit dem Putzen der Zähne ca. eine Stunde warten. Außerdem kann man vorbeugend fluoridhaltige Zahnpasta verwenden oder mit direkt aufgetragenen Fluoridpräparaten eine dünne Schutzschicht auf der Zahnoberfläche bilden. Neben Äpfeln zählen andere saure Obstsorten, Zitronenlimonaden, Fruchtsäfte, Essig oder Joghurt zu säurehaltigen Nahrungsmitteln.

Eine andere Ursache für ein säurehaltiges Milieu im Mundraum kann häufiges Erbrechen sein. Das ist beispielsweise bei Bulimie der Fall. Durch das Erbrechen sind die Zähne bulimischer Patienten besonders häufig der starken Säure des Magens ausgesetzt. Die Mundhöhle ist deutlich säurehaltiger als bei gesunden Menschen.

Die Folgen zeigen sich schon nach kurzer Zeit: die Schneidekanten der Front- und Eckzähne im Unterkiefer weisen typische Mulden auf. Nach zwei Jahren werden auch im Oberkieferbereich starke Veränderungen vor allem an den Schneidezähnen beobachtet: Im fortgeschrittenen Stadium kann es gar zu Verkürzungen der Schneidekanten kommen.