

## Studie

### Lächeln gegen den Stress?

Eine Studie der University of Kansas zeigte jetzt, dass unter bestimmten Umständen Lächeln tatsächlich Stress mindert, das Herz schützt und das allgemeine Wohlbefinden fördert. Die Ergebnisse der Autoren wurden nun im Fachblatt „Psychological Science“ publiziert.

Ziel der Untersuchung war es, herauszufinden, ob das Lächeln echte gesundheitlich relevante Vorteile birgt. Für das Experiment ließen sich 169 College-Studenten in diverse Stresssituationen versetzen. Chinesische Essstäbchen mussten mit dem Mund festgehalten werden, wobei mit einer Hand ein



rasender Stern auf einem gespiegelten Bildschirm verfolgt werden sollte und die andere Hand in eiskaltes Wasser getaucht war. Die Probanden sollten dabei entweder leicht lächeln, breit grinsen oder neutral schauen. Im gesamten Verlauf der Untersuchung wurde die Herzfrequenz der Probanden gemessen und im Gesamtergebnis schnitten die „breiten Lächler“ am besten bzw. entspanntesten ab. Sie wiesen eine wesentlich geringere Pulsfrequenz auf als die zwei anderen Gruppen. Wer also im nächsten Verkehrschaos steckt, sollte einfach einige Momente lang ein breites Lächeln aufsetzen – dies helfe nicht nur, die Intensität des Stresserlebens zu minimieren, sondern schütze auch das Herz, resümiert die Studienleiterin Tara Kraft.

Quelle: ZWP online

## Kariesprophylaxe

### Nicht jede Zuckerverbindung schadet den Zähnen

Süßigkeiten sind nicht automatisch schlecht für die Zähne. Denn für das Entstehen von Karies spielt es eine Rolle, welche Art Zucker sie enthalten. Trauben-, Frucht- oder Haushaltszucker sind am gefährlichsten: Diese Ein- oder Zweifachzucker können die Kariesbakterien im Mund schnell aufspalten und verwerten, erläutert die Initiative proDente. Daraus bilden sich Säuren, die die Zahnschicht angreifen. Das führt irgendwann zu Löchern. Je länger die Säuren freie Bahn haben, desto mehr Schaden richten sie an.

Einen zuckerähnlichen Aufbau haben Zuckeraustauschstoffe wie Mannit, Sorbit und Xylit. Sie sind nicht so süß wie Ein- oder Zweifachzucker. Zuckeraustauschstoffe führen kaum zu Karies, weil die Kariesbakterien sie nur sehr schlecht

aufspalten können. Daher steckt zum Beispiel Xylit in vielen Zahnpflegekaugummis, so die Initiative. Solche zahnfrendlichen, wissenschaftlich getesteten Süßwaren tragen oft das Symbol eines Zahnmännchens mit Schirm.

Eine dritte Gruppe, die der Zuckersubstitute, führt gar nicht zu Karies. Denn die Kariesbakterien können diese auch als Süßstoffe bezeichneten Zuckerverbindungen nicht aufspalten. Dabei handelt es sich proDente zufolge um künstlich hergestellte oder natürliche Stoffe, die deutlich süßer sind als normaler Zucker. Beispiele sind Aspartam, Cyclamat, Saccharin oder Stevia.



© Yeko Photo Studio

Quelle: dpa, tmm

## ZWP online

### „Daumen hoch“ für den dentalen Rundumblick

Jeder kennt es, jeder spricht darüber und die meisten Privatpersonen und mittlerweile auch Unternehmen loggen sich täglich ein. Facebook ist in aller Munde und verzeichnet derzeit 800 Millionen Nutzer – und täglich werden es mehr.

Auch die OEMUS MEDIA AG und ZWP online sind seit einiger Zeit auf der beliebtesten Social Media-Plattform vertreten. Aktuell laufen täglich noch aktuelle News auf der Seite der OEMUS MEDIA AG ein, doch dies wird sich bald ändern:



© MedusArt



Es kommt zusammen, was zusammen gehört. Künftig informiert die OEMUS MEDIA AG auf



Facebook über aktuelle verlagseigene Veranstaltungen, Fortbildungen und Neuerscheinungen, wie beispielsweise neue themenspezifische eBooks oder DVDs. Die tagesaktuellen News aus Branche, Wissenschaft und Forschung sowie interessante Fallberichte aus der Praxis, gekoppelt mit umfangreichen Bildergalerien und Anwendervideos, erhalten die Leser ab sofort über den Facebook-Account von ZWP online. Somit bietet sich für den Leser ein klar strukturierter Informationsfluss.

Unter <https://www.facebook.com/zwponline> einfach „Gefällt mir“ klicken und immer informiert sein!

Quelle: ZWP online

Mundspülung als Arzneimittel

## Neue Kosmetikverordnung für Bleaching



Bereits Ende Oktober tritt die neue Kosmetikverordnung in Kraft, die dem Zahnarzt im Zahnbleaching-Bereich in der Praxis neue Chancen eröffnet. Alle Produkte, die mehr als 0,1 Prozent bis 6 Prozent Wasserstoffperoxid (H<sub>2</sub>O<sub>2</sub>) enthalten oder daraus freisetzen, dürfen nur noch unter direkter zahnärztlicher Aufsicht angewendet werden. Lediglich Produkte, die weniger als 0,1 Prozent H<sub>2</sub>O<sub>2</sub> enthalten, sind auch weiterhin frei verkäuflich.

Damit hat sich der Gesetzgeber den Forderungen aus der Zahnärzteschaft angeschlossen. So hatten die Kammern gefordert, dass die Produkte zur Aufhellung, abhängig von der Wirkstoffkonzentration und ihrer Zweckbestimmung, als Kosmetikum oder Medizinprodukt deklariert werden. Produkte,

die als Medizinprodukt deklariert sind, können deshalb auch in Wasserstoffperoxidkonzentrationen von mehr als 6 Prozent in den Praxen in den Verkehr gebracht werden. Dagegen wurden vom Europäischen Gerichtshof gewisse Mundspülungen in einer Grundsatzentscheidung über die Rolle „pharmakologischer Wirkungen“ als Arzneimittel eingestuft. Im Streitfall ging es um die Mundspüllösung „Paroex 0,12 %“, die ein Antiseptikum enthält. Der Hersteller warb damit, dass die Spülung bakteriellen Zahnbelag reduziere und seine Neubildung hemme. Ein Wettbewerber auf dem Markt für Mundspüllösungen ging dagegen mit dem Argument vor, dass die Lösung eine pharmakologische Wirkung erziele und deshalb ein Arzneimittel mit Zulassungspflicht sei. Dies sahen nun auch die Europarichter so. Eine solche Wirkung liege schon dann vor, wenn es im Körper zu einer Wechselwirkung zwischen der Substanz und einer beliebigen Zelle im Körper komme, also auch mit Bakterien, Viren oder Parasiten, betonte der EuGH. Auch der Bundesgerichtshof hat in diesem Fall schon eine ähnliche Linie vertreten.

Quelle: Dental Tribune Deutschland

Studie

## Kokosöl beugt Karies vor

Die Kosmetikindustrie hat Kokosöl schon lange für sich entdeckt und der Markt boomt: Shampoos, Sonnenschutzcremes, Badeöle, unzählige Lotionen und Seifen sind mit dem pflanzlichen Produkt angereichert und füllen die Kaufhausregale.

Jetzt haben irische Wissenschaftler in einer Studie herausgefunden, dass Kokosöl nicht nur wie bisher für die Beauty-Industrie interessant ist, sondern auch dem Karies verursachenden Bakterium *Streptococcus mutans* zu Leibe rückt.

Studienleiter Dr. Damien Brady sieht hierin eine Chance, Kokosöl zukünftig alternativ zu chemischen Substanzen – wie beispielsweise Triclosan – in Zahncremes zu verarbeiten. Bereits niedrige Dosierungen von Kokosöl reichen laut Aussage der Forscher aus, um eine effektive Wirkung zu erzielen und das Gebiss vor Karies zu schützen.

Quelle: ZWP online



Kinderzahncremes schützen vor Überdosierung

## Zu viel Fluorid macht bleibende Zähne fleckig

Fluorid gilt vom ersten Milchzahn an als bester Schutz vor Karies – allerdings muss die Dosierung dem Alter des Kindes entsprechen. Denn Fluorid könne sich schon in die bleibenden Zähne einlagern, bevor sie durchbrechen, erläutert die Initiative proDente. Bekommt ein Kind anfangs zu viel von dem Stoff, könne er kreiweiße Flecken auf den zweiten Zähnen hinterlassen. Erwachsenenzahncreme ist für Kleinkinder daher tabu.



Eltern putzen das Gebiss ihres Nachwuchses am besten ab dem ersten Milchzahn einmal am Tag mit einem Hauch fluoridhaltiger Kinderzahncreme. Sie enthalte maximal 500 ppm Fluorid, erklärt proDente. Ab dem zweiten Lebensjahr sollte zweimal täglich damit geputzt werden. Sind Kinder sechs Jahre alt, dürfen sie normale Zahnpasta mit 1.000 bis 1.500 ppm Fluorid

nehmen. Außerdem sollte die Familie stets fluoridiertes Speisesalz im Haushalt benutzen.

Hat ein Kind schon Kariesschäden an Milch- oder bleibenden Zähnen, empfehlen die Experten, dass es ab dem Alter von sechs Jahren einmal in der Woche auch noch ein höher dosiertes Fluoridgel oder entsprechende Mundspüllösungen anwendet. Mindestens zweimal pro Jahr trage der Zahnarzt außerdem einen hochkonzentrierten Fluoridlack auf die Zähne auf. Nicht vergessen dürfe aber werden, die Zähne außerdem immer gut zu pflegen und möglichst wenig Zucker zu konsumieren.

Quelle: dpa, tmn