„Cosmetic Dentistry ist für mich eine der bedeutendsten Disziplinen der Zahnmedizin“

Was kann ich tun, um meine Zähne weiß bzw. weißer zu machen? Diese Frage bekommen Zahnärzte täglich gestellt. Patienten möchten dann am liebsten eine konkrete Empfehlung für die häusliche Mundhygiene, um selbst dauerhaft etwas für ein schönes Lächeln zu tun. Dr. Mariana Mintcheva, MSc. ist hier in einer optimalen Situation: Sie kann ihren Patienten Mundpflegeprodukte aus der eigenen Linie mitgeben.

Nadja Reichert

01

01
Dr. Mariana Mintcheva (rechts) kann ihren Patienten Mundpflegeprodukte aus der eigenen Linie für zu Hause mitgeben.

02
Die Serie „MINT by Dr. Mintcheva“ beinhaltet sowohl Mundpflegeprodukte für Zähne als auch Lippen.

Ein Lächeln sagt mehr als tausend Worte: ein Satz, den man oft in der Werbung findet – aber er stimmt auch. Menschen stehen einem Lächeln mit gepflegten weißen Zähnen aufgeschlossen gegenüber, denn es lässt den Besitzer vitaler und freundlicher erscheinen. Dr. Mariana Mintcheva, MSc. hat dieses Prinzip spätestens seit ihrem Aufenthalt in New York verstanden. Damals war sie fasziniert von der unbändigen Freude, die Patienten nach einer ästhetischen Zahnbehandlung empfanden. Heute zählt die Zahnärztin zu einer der führenden Größen auf dem Gebiet der Ästhetischen und Kosmetischen Zahnmedizin, leitet eine eigene Praxis, „Discover White“, im Düsseldorfer Medienhafen und brachte schließlich ihre eigene Mundpflegeserie „MINT by Dr. Mintcheva“ heraus. Im Interview stellt sie diese Serie vor und verrät, warum sie für die „Cosmetic Dentistry“ brennt und was ihr Rezept für ein strahlend schönes Lächeln ist.

Frau Dr. Mintcheva, Sie haben Kosmetische und Ästhetische Zahnmedizin zu Ihrer Passion gemacht. Was fasziniert Sie an diesem Zweig der Zahnheilkunde so sehr?
Mich fasziniert vor allem die Kraft, die uns ein schönes und selbstbewusstes Lächeln schenken kann. Ich erlebe täglich, dass schöne Zähne die Menschen positiv verändern können. Sie können ihnen ein neues Lebensgefühl schenken und sie ermutigen, selbstbewusster und fokussierter durchs Leben zu gehen. Auch die Wirkung auf andere ist enorm. Ein schönes Lächeln ist die Verbindung zu unserem

02

03
Dr. Mariana Mintcheva gilt als eine führende Größe auf dem Gebiet der Ästhetischen Zahnmedizin.

04

04
In ihrer Praxis „Discover White" im Düsseldorfer Medienhafen berät Dr. Mintcheva Patienten vor allem zum Thema Ästhetische Zahnheilkunde.

„Wir können unsere Haut noch so schön pflegen, wenn unsere Zähne verfärbt sind, hat es Auswirkungen auf unsere gesamte Ausstrahlung."

Gegenüber und eines der wichtigsten Kommunikationsinstrumente, die wir haben. Menschen diese neue Welt eröffnen zu können, ist meine Motivation und mein täglicher Antrieb.

Gab es in Ihrem Leben ein bestimmtes Ereignis, das Sie den Beruf der Zahnärztin ergreifen ließ und Sie in den Bereich der Ästhetischen Zahnmedizin gelenkt hat?
Oh ja, das gab es ganz gewiss. Ich hatte als Kind einen Unfall und dadurch sind meine Frontzähne dunkel geworden. Es hat mich schon als Kind sehr gestört, doch während meines Studiums habe ich mich sogar dafür geschämt. Als mir damals mein Professor die beiden Frontzähne durch ein Bleaching aufhellte, war das für mich wie ein Wunder. Menschen zu helfen, schöne Zähne zu bekommen, wurde in diesem Moment zu meiner Mission. Ich wollte anderen helfen, die sich genauso gefühlt haben wie ich.

Was inspiriert Sie bei Ihrer täglichen Arbeit und was gehört für Sie zu einer erfolgreichen Behandlung?
Ich ziehe Inspiration aus jeder Begegnung mit anderen Menschen. Vor allem die positiven Geschichten und Entwicklungen meiner Patienten sind für mich jedes Mal aufs Neue so beeindruckend. Erfolgreich ist eine Behandlung für mich immer dann, wenn ich meinen Patienten helfen konnte, ihnen neuen Mut schenken und ihren Wunsch von einem schönen Lächeln erfüllen konnte. Jede Behandlung

05
Bei der Mund- und Lippenpflegeserie MINT werden natürlich Stoffe wie Bio-Aloe-vera-Saft oder Kernöle verwendet.

05

ist wie eine kleine gemeinsame Reise, die ganz individuell verläuft. Das macht jede zu einer ganz besonderen.

Man liest und hört es überall: Schöne Zähne gehören zu einem schönen Leben. Inwiefern ist für Sie Cosmetic Dentistry Ausdruck für Lifestyle?
Ein gepflegtes Lächeln steht für Schönheit, Gesundheit und einen bewussten Lebensstil. Es verrät einiges über unsere Lebensgewohnheiten, wie unsere Ernährung und unser Körperbewusstsein und gehört zu einem gepflegten Äußeren einfach dazu. Wir können unsere Haut noch so schön pflegen, wenn unsere Zähne verfärbt sind, hat es Auswirkungen auf unsere gesamte Ausstrahlung. Die Cosmetic Dentistry ist für mich eine der bedeutendsten Disziplinen der Zahnmedizin. Hier ist nicht nur handwerkliches Geschick gefragt, sondern auch ein Verständnis von Ästhetik, Formen und Farben.

Sie haben inzwischen sogar eine eigene Pflegeserie für den gesamten Mundraum herausgebracht: „MINT by Dr. Mintcheva". Bitte stellen Sie uns diese Serie und ihre Entstehung vor.
Mit meiner Zahnpflege- und Beauty-Serie MINT möchte ich meine Expertise für jeden zugänglich machen. MINT vereint hocheffektive Technologien mit ästhetischem Anspruch. Ich habe es mir zur Aufgabe gemacht, die besten Produkte für den gesamten Mundraum zu entwickeln, die ich auf Basis meiner Erfahrung empfehlen kann. Und weil uns gesunde und schön gepflegte Zähne attraktiver erscheinen lassen, hat jedes MINT-Produkt das gewisse „Beauty-Extra". Meine Zahn- und Polierpasten enthalten alle die geschützte MPT1™ Ultrapolish Technologie auf Basis des Putzkörpers Perlit. Diese Technologie ermöglicht eine hohe Reinigungsleistung, bei gleichzeitig geringem Abrieb und Schutz vor zukünftigen Verfärbungen. Das Mundwasser neutralisiert nicht nur schädliche Bakterien und verhilft zu einer gesunden Mundflora, es hellt die Zähne auch langfristig schonend auf. Unser Gel pflegt das Zahnfleisch und schützt es vor Bluten und Rückgang. Das Peeling und der Balsam sorgen für schöne und gepflegte Lippen und die MINT Nutrition Produkte für starke Zähne sowie ein gesundes Zahnfleisch von innen heraus.

Die MINT-Lippenstifte, Konturenstifte und Lipglosse sind mit Blaupigmenten angereichert, die uns sofort optisch hellere Zähne schenken – die zusätzlichen pflegenden Inhaltsstoffe runden zudem unsere Lippen ab und lassen sie voller wirken. Unser jüngstes Mitglied in der MINT-Familie sind die Glow Ampullen. Die Zwei-Phasen-Anti-Aging-Ampulle habe ich speziell für das untere Gesichtsdrittel zur Reduktion vertikaler, Plissee- und Nasolabialfalten entwickelt. Die Glow-Ampulle kommt ohne Wasser aus und basiert stattdessen auf Bio-Aloe-vera-Saft, einem speziellen Anti-Aging-Komplex und feinsten Kernölen. Dies ist unsere Wunderwaffe für eine zufriedene und glückliche Ausstrahlung, denn das ist das Wichtigste für mich.

Was ist Ihr Konzept für dauerhaft strahlende und gesunde Zähne?
Es ist eine Kombination aus der richtigen Pflege, einem bewussten Lebensstil und kleinen Helfern. Die Basis für strahlende und gesunde Zähne ist eine hochwertige Zahnpflege, die den Zahn reinigt, ihn aber nicht zu stark durch Abrasiva belastet. Essenziell ist auch ein pflegendes Mundwasser, um die Zahnzwischenräume und das Zahnfleisch schonend zu reinigen und mit pflegenden Wirkstoffen zu versorgen. Aber auch die richtige, bewusste Ernährung ist wichtig, um langfristig etwas für die Gesunderhaltung von Zähnen und Zahnfleisch zu tun. So kann eine Ernährung mit überwiegend säurebildenden Lebensmitteln wie Zucker, Alkohol und Käse unseren Körper aus dem Säure-Basen-Gleichgewicht bringen. Um dieses Gleichgewicht wiederherzustellen, zieht sich der Körper Mineralstoffe z. B. aus den Zähnen. Dies kann langfristig die Zahnsubstanz schädigen. Um dem Lächeln kurzfristig das gewisse Etwas zu verleihen, können wir in die optische Trickkiste greifen und z. B. Make-up und Pflegeprodukte verwenden, die unsere Lippen und das untere Gesichtsdrittel ideal in Szene setzen.

„Ein wichtiger Leitsatz trägt mich aber auch durch stressige Zeiten: ‚Wähle deine Einstellung.'"

Sie sind Zahnärztin, Praxisinhaberin und Unternehmerin. Bleibt bei so viel Arbeit noch Zeit für Hobbys und Familie?
Meinen Beruf und meine Unternehmungen übe ich mit großer Leidenschaft aus. Das macht es für mich leichter, auch volle Tage und viele Termine realisieren zu können. Ich nehme mir aber auch jeden Tag ganz bewusst Zeit für meine Familie und Sport. Aus Momenten mit meiner Familie ziehe ich meine Kraft und Motivation. Sie sind für mich die Basis für jegliche berufliche Leistung. Ich versuche, Beruf, Sport und Familie aber auch zu verbinden. So liebe ich es z. B. nach einem Tag in der Praxis, gemeinsam mit meiner kleinen Tochter im Kinderwagen von der Praxis nach Hause zu laufen. Dabei kann ich den Arbeitstag Revue passieren lassen, mich an der frischen Luft bewegen und Zeit mit meiner Tochter verbringen.

Welche Tipps können Sie Kollegen für eine ideale Work-Life-Balance geben?
Als selbstständige Unternehmerin könnte ich von morgens bis abends arbeiten. Deshalb versuche ich, mir Auszeiten zu schaffen. Diese sind wichtig, um neue Inspirationen zu bekommen und Energie zu tanken. Wir sollten kein schlechtes Gewissen haben, wenn wir uns diese Zeit bewusst nehmen. Sie ist für unseren Beruf essenziell. Mentale Gesundheit ist in meinen Augen genauso wichtig wie die körperliche. Deshalb versuche ich, mir regelmäßige Momente zu schaffen, die mir Kraft und Zuversicht schenken. Ein wichtiger Leitsatz trägt mich aber auch durch stressige Zeiten: Wähle deine Einstellung. Manchmal hilft es, wenn wir uns vor Augen führen, wie gut es uns geht und dass wir dankbar für unser Leben sein können.

Frau Dr. Mintcheva, vielen Dank für das Gespräch.