

# Zahnarzt Darmstadt Dr. Kristin Endres

## Gesunde Zähne ein Leben lang! Wer möchte das nicht?

Pressemitteilung von: [Zahnarzt Darmstadt Dr. Kristin Endres MSc](#)



[Dr. Kristin Endres MSc](#)

Die Zahnmedizin hat in den letzten Jahren eine schier unglaubliche Entwicklung im High-Tech-Bereich durchgemacht. Neue Geräte sollen mit Hilfe von immer aufwendigeren Techniken die Behandlung so angenehm wie möglich machen - schmerzfreies Bohren ist das Schlagwort.

Aber mal ganz ehrlich - wäre es nicht noch besser, wenn gar nicht gebohrt werden muss? So schön die neuen High-Tech Geräte auch sind - ihre Entwicklung widerspiegelt die Tatsache, dass wir in Deutschland immer noch hauptsächlich damit beschäftigt sind, Schäden zu reparieren statt sie vorzubeugen.

Dabei können heute die Entstehung von Karies und Parodontose weitgehend verhindert werden.

Wie soll das gehen?

Zahnerkrankungen vorzubeugen ist keine einfache Sache. Es ist eben nicht mit "irgendeine Flüssigkeit draufschmieren" getan.

Das Prinzip ist jedoch recht einfach: Jeder Zahn muss von sämtlichen Belägen frei sein. Ein sauberer Zahn wird nicht krank (außer durch einen Unfall). Nur auf das "wie" kommt es an. "Ich putze meine Zähne 3 Mal am Tag und habe trotzdem Löcher!" - diesen Satz hören wir tagtäglich.

Wenn Karies trotzdem entsteht, dann sind die Zähne eben nicht sauber gewesen - trotz des Zähneputzens.

Dies ist kein Vorwurf, denn richtiges (effektives) Zähneputzen ist nicht einfach. Eine Reihe individuelle Faktoren spielen hier eine Rolle. Vielleicht stehen die Zähne gekippt oder verschachtelt, so dass man mit der Zahnbürste gar nicht drankommt - vielleicht steht ein Füllungsrand über und bildet so eine Nische, wo sich die Bakterien verstecken können - oder vielleicht gibt es eine Überzahl von Karies-verursachenden Bakterien.

Jeder Mensch ist anders, und das richtige Zähneputzen kann nur durch eine individuelle Beratung und Instruktion erlernt werden.

"Ich kenne jemanden, der putzt sich nie die Zähne, und hat trotzdem nie Löcher!"

Das gibt es auch - wenn auch nicht so häufig. Allerdings ist das nicht - wie viele glauben - eine Frage des guten oder schlechten Zahnmaterials, sondern eine Frage, welche Bakterien sich in der Mundhöhle befinden.

Jeder Mensch hat eine bestimmte Flora aus Bakterien in der Mundhöhle. Es sind Milliarden von Bakterien, die dort ihren "festen Wohnsitz" haben. Diese Bakterien sind an sich nicht schädlich - sie müssen da sein. Es gibt ein natürliches Gleichgewicht zwischen Bakterien, Pilzen und anderen Mikroorganismen, die einfach zum Leben gehören - sie sind ein Teil des Verdauungssystems. Nur die Stoffwechselprodukte einiger dieser Bakterien sind für unsere Zähne schädlich. Die Säuren die von den Bakterien produziert werden, greifen den Zahnschmelz an.

Bei einigen Menschen überwiegt die Zahl der Karies-verursachenden Bakterien (die sog. Streptokokken), bei anderen wiederum die Parodontose-verursachenden Bakterien (die Anaerobier). Besteht also ein Übergewicht an Streptokokken muss man davon ausgehen, dass dieser Mensch besonders anfällig für Karies ist.

Wir werden nicht mit diesen Bakterien geboren, sondern werden in den ersten Tagen des Lebens "angesteckt", häufig durch die Mutter (durch ein Küßchen oder durch den Schnuller). Abtöten kann man diese Bakterien nicht (zumindest nicht dauerhaft) - das würde zu einer Verschiebung des natürlichen Gleichgewichtes führen und z.B. ungehemmtes Wachstum von Pilzen in der Mundhöhle zur Folge haben.

Kann man denn gar nichts tun - außer Zähneputzen?

Doch, schon.

Fluoride setzen die Löslichkeit des Zahnschmelzes herab, so dass die Säuren den Zahnschmelz nicht so leicht auflösen können.

Heute enthalten fast alle Zahnpasta-Marken Fluoride. Andere Applikationsformen sind Mundspüllösungen, Fluoridhaltige Zahnlacke oder Tabletten.

Jedes Kleinkind bekommt vom Kinderarzt D-Fluoretten verschrieben im Rahmen der Rachitis-Prophylaxe.

Wenn der Kinderarzt die D-Fluoretten nicht mehr verschreibt, empfiehlt es sich weiterhin - bis der Zahnwechsel vollzogen ist - normale Fluortabletten zu geben (auf jeden Fall in Wolfsburg, weil hier der natürliche Fluoridgehalt im Trinkwasser sehr niedrig ist). Die Fluortabletten können Sie sich von Ihrem Zahnarzt verschreiben lassen.

Versiegelung der Kauflächen wird empfohlen um die tiefen Grübchen der Kauflächen an den Backenzähnen vor Karies zu schützen. Dabei werden die Grübchen, die häufig so tief sind, dass die Zahnbürste gar nicht dort hinkommt, mit einem Kunststofflack versiegelt.

Was zahlt die Krankenkasse?

Die Kosten für die Individualprophylaxe (Aufklärung - Instruktion - Motivation - Reinigung) wird bei Kindern und Jugendlichen von der Krankenkasse bezahlt.

Bei Erwachsenen zahlt die Krankenkasse nichts mehr (außer der "normalen" Zahnsteinentfernung).

Was wird gemacht?

Ein Prophylaxe-Programm wird nach den individuellen Bedürfnissen des Patienten zusammengestellt.

Es ist daher schwierig zu beschreiben, was gemacht wird. Folgende Behandlungen können in Frage kommen:

Instruktion und Aufklärung: Aufklärung über die Entstehung der Zahnerkrankungen und Erlernen einer auf die individuelle Situation abgestimmten Putztechnik.

Entfernung der Zahnbeläge: Entfernen von Zahnstein, weichen Belägen und Verfärbungen.

Professionelle Zahnreinigung: Sehr gründliche Entfernung aller Zahnbeläge, Polieren oder Abstrahlen der Zähne, Polieren der vorhandenen Füllungen.

Speichel-Test: Bestimmung der Bakterien-Zahl und der Puffer-Kapazität des Speichels.  
Fluoridierung: Individuelle Fluoridierung mittels Fluorid-Gel oder Lack  
Was kostet es?

Prophylaxemassnahmen werden in der Regel nach Zeitaufwand berechnet.  
Sprechen Sie mit Ihrem Zahnarzt in Darmstadt Kristin Endres Msc darüber.

Autor: Zahnarzt Sören Hansen, Wolfsburg

Zahnarzt Darmstadt Dr. Kristin Endres MSc  
Dieburgerstrasse 55  
64287 Darmstadt  
Tel.: 06151 45854  
mail: [zahnarzt@kristin-endres.com](mailto:zahnarzt@kristin-endres.com)

Die Zahnarzt Praxis befindet sich direkt in Darmstadt. Unsere Zahnärzte sind u.a. auf ästhetisch rekonstruierende Zahnheilkunde und Implantate spezialisiert. Dr. Kristin Endres MSc (Master of Science Oral Surgery/ Implantology) ist Zahnärztin in Darmstadt.