

AKTUELLES



aus Ihrer Zahnarztpraxis
Dr. Sibylle Ugoljew



Neue Webseite ab Oktober: Die Zahnarztpraxis Dr. Sibylle Ugoljew bekommt einen neuen Webauftritt. Schauen Sie sich auf www.zahnaerztin-adlershof.de doch gern einmal um.

Foto: mug

Weiß, weißer, Natron?

BERLIN-ADLERSHOF. Im Internet finden sich zahlreiche Ratgeber, die Zähneputzen mit Natron für ein strahlendes Lächeln empfehlen. Das sollten Sie jedoch vermeiden, denn dieser „Trick“ kann Ihre Zähne ernsthaft beschädigen und sogar für zusätzliche Verfärbungen sorgen.

Natriumhydrogencarbonat, auch Natron genannt, ist beispielsweise in Backpulver enthalten. Wird dieses mit Leitungswasser vermischt, kommt es zu einer Schaumbildung. Der Schaum wirkt reinigend und hat auf den ersten Blick einen aufhellenden Effekt auf die Zähne.

Doch der Haken an der Sache ist: Das Backpulver entfernt nicht nur Zahnverfärbungen, sondern greift auch die Schutzschicht der Zähne an, den sogenannten Zahnschmelz. Wird dieser einmal abgetragen, kann er sich auf natürliche Weise nicht mehr erholen und bleibt beschädigt. Und es kann sogar noch schlimmer kommen: Das Backpulver

raut die Zahnoberfläche nämlich auf, sodass Rillen entstehen, in denen sich Flecken und Verfärbungen festsetzen.

Auf lange Sicht kann Backpulver die Zähne also sogar noch gelber und dunkler machen. Auf den Vorher-Nachher-Vergleichen im Internet ist das allerdings nicht zu sehen.

Dort wird auch nicht gezeigt, dass durch das

Abschmirgeln vorhandene Füllungen optisch stärker hervortreten und porös werden können, was ebenfalls nicht das gewünschte Ergebnis ist. Im schlimmsten Fall werden die Zähne viel anfälliger für Karies, denn das angegriffene Zahnfleisch zieht sich zurück und legt die empfindlichen Zahnhäule frei. Ein Einfallstor für Bakterien.

Das Ergebnis: Die als güns-

tige Alternative zum professionellen Zahnbleaching in der Praxis angegebene Technik, die Zähne mit Natron im Home Bleaching aufzuhellen, kann kostspielig werden. Ist der gesunde Zahnschmelz erst einmal zerstört, können sich Folgeerkrankungen einstellen.

Übrigens schadet ebenfalls der oft gepriesene Zitronensaft als Hausmittel zum Bleichen der Zähne. Auch in diesem Fall wird der Zahnschmelz extrem angegriffen und löst sich möglicherweise sogar auf.

Fazit: Ja, man bekommt durch das Putzen mit Backpulver weißere Zähne. Jedoch sollte generell von dieser Methode des Zahnbleichings Abstand genommen werden, denn der Erfolg ist nur von kurzer Dauer. Backpulver zerstört recht schnell den Zahnschmelz, dem Schutzschild der Zähne. Sie werden dadurch anfälliger für Schmerzen, für neue Verfärbungen und sogar für Karies.



Natron: Das in Backpulver enthaltene Natriumhydrogencarbonat, kurz Natron, ist zum Aufhellen der Zähne nicht geeignet. Foto: pixabay.com

Das Alphabet der Zähne

Teil XVIII – R

Fragen Sie sich manchmal, wovon der Zahnarzt spricht, wenn Begriffe wie Composite, Dentin oder Erosion fallen? Das Alphabet der Zähne bringt an dieser Stelle etwas Licht ins Dunkle. Heute: der Anfangsbuchstabe R.

REGISTRAT. Das ist eine Platte, z.B. aus Wachs oder Kunststoff, die zwischen die Zahnreihen oder zahnlosen Kiefer eingebracht wird, um die Lage des Unterkiefers zum Oberkiefer zu bestimmen.

RESTAURATION. Das ist die Wiederherstellung defekter Zähne oder der Ersatz verlorengangener Zähne.

RESTGEBISS. Dabei handelt es sich um ein natürliches Gebiss mit fehlenden natürlichen Zähnen.

Sprechzeiten

Mo/Mi 9-17 Uhr
Di/Do 9-19 Uhr
Fr 8-12 Uhr
Kindersprechstunde:
Di/Mi ab 14 Uhr

AKTUELLES



aus Ihrer Zahnarztpraxis
Dr. Sibylle Ugojew



Illustration: pixabay.com

Der Zahn in der Literatur

BERLIN-ADLERSHOF. Es kommt immer mal wieder vor, dass es Literatur gibt, die sich mit Zähnen und der Zahnmedizin im entfernteren Sinne beschäftigt. Einer Zahnarztpraxis fallen Zeilen jener Art natürlich sofort ins Auge. Wir wollen Ihnen in den kommenden Newsletter-Ausgaben einige Passagen vorstellen. Heute: zwei humoristische Gedichte des aus München stammenden Lyrikers Eugen Roth (1895 - 1976).

Zahnweh
(ohne Jahresangabe)

Bescheiden fängt ein alter Zahn,
der lange schwieg, zu reden an.
Entschlossen, nicht auf Ihn zu hören,
tun wir, als würd uns das nicht stören.
Der unverschämte Zahn jedoch
Erklärt, er hab' bestimmt ein Loch
Und schließlich meint er, ziemlich deutlich,
dass Ihm nicht wohl sei, wurzelhütlich.
Wir reden dreist Ihm ins Gewissen:
„Wenn Du nicht schweigst, wirst Du gerissen!“
Doch wie? Der Lümmel lacht dazu:

„Das fürcht' ich lang nicht so wie Du!“
Wir suchen mild Ihn zu versöhnen:
„Ließ ich Dich golden nicht bekrönen?
Schau, haben nicht wir beiden Alten
Zusammen jetzt so lange gehalten?
So manchen guten Biss geteilt?“
Es ist umsonst, er bohrt und feilt
Und sieht nicht ein, wie es verwerflich,
Uns völlig zu zersägen, nervlich.
Wir werden stark! (In Wahrheit schwach!)
Am nächsten Morgen kommt's zum Krach.
Der Zahn wehrt sich mit Löwenmut;
Doch übersteht er's schließlich gut.
Uns aber bang schon – Zahn um Zahn –
Bald kommt vielleicht der nächste dran!

Einsicht
(ohne Jahresangabe)

Der Kranke traut nur widerwillig
Dem Arzt, der's schmerzlos macht und billig.
Lasst nie den alten Grundsatz rosten:
Es muss a) wehtun, b) was kosten.

Vier Zahnpflege-Tipps

Vier Tipps für die richtige Zahnpflege von unserer Zahnmedizinischen Prophylaxeassistentin, Virginia Ickler.

Wie reinige ich die Zahnräumen richtig?

Die Hauptsache ist, sie überhaupt zu säubern, am besten einmal täglich. Mit der Zahnbürste geht das allerdings schlecht, denn mit ihr erreicht man nur etwa 70 Prozent der Zahnoberfläche. Mein Tipp: Zahnseide oder Zwischenraumbürstchen benutzen. Für was man sich dabei entscheidet, ist Geschmackssache.

Ich putze immer noch mit der Hand – sollte ich endlich auf eine elektrische Bürste umsteigen?

Ausschlaggebend ist nicht, mit was man sich die Zähne putzt, sondern wie. Denn auch das beste Gerät putzt die Zähne nicht von allein. Mein Tipp: die KAI-Methode anwenden, das heißt erst die Außen- und zum Schluss die Innenseiten der Zähne sanft sauber rütteln. Und das zweimal täglich je drei Minuten lang.

Welche Zahnpasta macht die Zähne wirklich weißer?

Weißer Wunder kann man von keiner Zahnpasta er-

warten. Sie kann lediglich dabei helfen, die natürliche Zahnfarbe stärker zum Vorschein zu bringen, aber die ist eben nur bei den wenigsten ein strahlendes Weiß.

Whitening-Cremes funktionieren nach zwei Prinzipien: Entweder sie enthalten das Bleichmittel Wasserstoffperoxid in einer geringen Konzentration oder kleine Putzkörper, die die Zähne blanker polieren. Aber mein Tipp: Am effektivsten ist immer noch das Bleaching beim Zahnarzt.

Zahnpasta mit oder ohne Fluorid verwenden?

Fluoride härten den Zahn, sodass er bestenfalls den Angriffen der Kariesbakterien standhält. Mein Tipp kann deshalb nur lauten: Auf jeden Fall eine Zahnpasta mit Fluorid verwenden.



Virginia Ickler

Foto: mug

Kennen Sie den?

Wollen zwei Zahnstocher in die Disko gehen, als sie kurz vor dem Ziel sind werden sie von einem Igel überholt.
Sagt der eine Zahnstocher zum anderen: „Wenn ich gewusst hätte, dass hier ein Bus fährt, wäre ich nicht zu Fuß gegangen.“

IMPRESSUM: „AKTUELLES aus Ihrer Zahnarztpraxis Dr. Sibylle Ugojew“ erscheint alle zwei Monate. Texte und Fotos stammen, sofern nicht anders angegeben, von der verantwortlichen Redakteurin Maria Ugojew (mug). Kontakt: m.ugojew@gmail.com

Wussten Sie schon?

Offenbar kannten die Menschen bereits im Neolithikum Mittel und Wege, um Zahnschmerzen zu lindern. Das legt zumindest die Bienenwachsfüllung in einem rund 6500 Jahre alten Zahn nahe. Dieser ist Teil eines Unterkiefers, den Forscher auf der kroatischen Halbinsel Istrien gefunden haben.

Näher untersucht wurde der Eckzahn am Abdus Salam International Centre for Theoretical Physics im italienischen Triest. Der

Eckzahn wies starke Verschleißspuren sowie Rückstände einer wachartigen Substanz auf. Verschiedene Analysemethoden ergaben, dass es sich bei dem Füllmaterial um Bienenwachs gehandelt haben muss. Außerdem befand sich das Wachs nicht nur auf der Kaufläche, sondern auch in einem vertikalen Riss.

Radiokarbondatierungen

Wissenschaftler sind auf einen 6500 Jahre alten Eckzahn mit Bienenwachsfüllung gestoßen

ergaben, dass das Bienenwachs bereits im Neolithikum den Zahn bedeckte. Darüber, ob Füllung und Riss vor dem Tod des schätzungsweise 24- bis 30-jährigen Mannes vorhanden waren, können die Forscher

aber bisher nur mutmaßen. Es deutet jedoch vieles darauf hin, dass es schon zu seinen Lebzeiten hineingestrichen worden

war, wahrscheinlich zur Schmerzlinderung oder um das entblößte Zahnbein zu schützen. So konnten die Wissenschaftler das Füllmaterial nur an diesem Zahn nachweisen, obwohl die anderen Zähne ebenfalls stark ramponiert waren. Diente das Bienenwachs tatsächlich zur medizinischen Behandlung, wäre es die älteste bislang bekannte Zahnfüllung in Europa.

Quelle:
www.spektrum.de