

AKTUELLES



aus Ihrer Zahnarztpraxis
Dr. Sibylle Ugojew



Sommer, Sonne, Vitamin D: Das Praxis-Team wünscht allen Patient*innen und Kolleg*innen eine erholsame Urlaubszeit. Umso mehr Zeit Sie jetzt an der frischen Luft verbringen, umso mehr tun Sie für Ihre Gesundheit. Denn das Sonnenlicht fördert Ihren Vitamin D-Haushalt – und der ist nicht nur förderlich für Ihren Körper, sondern auch für Ihre Zähne.

Foto: pixabay.com

Gesunde Milchzähne sind wichtig

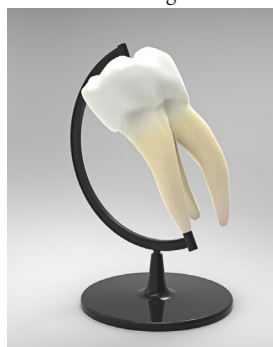
BERLIN-ADLERSHOF. Welche Freude, wenn die ersten Milchzähnen im Mund des Säuglings sichtbar werden. Neben dem Stillen werden nun andere Nahrungsmittel ausprobiert und dank der Zähnchen zerkleinert und runter geschluckt. Die Milchzähne spielen eine wesentliche Rolle beim Erlernen der Sprache, sie dienen als Platzhalter für das optimale Wachstum der bleibenden Zähne und der feste Biss fördert das Kieferwachstum.

Kinder sind sehr stolz auf ihre Zähne und können sehr traurig werden, wenn aus verschiedenen Gründen (Unfall, Karies, Entzündungen) ihre Zähne vorzeitig entfernt werden müssen. Kinder mit braunen und kaputten Zähnchen können auch gehänselt werden und machen dann den Mund nur ungerne auf.

Damit die Kinder lange etwas von ihren gesunden Milchzähnen haben, sind

von den Eltern einige Dinge zu beachten:

- Bereits mit Durchbruch des ersten Milchzahnes, spätestens aber nach Vollendung des ersten Lebensjahres, sollte der erste Zahnarztbesuch vereinbart werden.
- Kinder zum eigenen Zahnarzt mitnehmen oder noch viel besser: einen Kinderzahnarzt aufsuchen.
- Bitte verzichten Sie auf Ihre Negativerfahrungen vor den Kindern, und zeigen Sie nicht unbewusst die eigene Zahn-



Gut pflegen: Zähne Foto: pixabay.com

arztangst.

- Kinderzahnärzte empfehlen das Putzen der Zähnchen bereits ab dem ersten Milchzahn sowie die Verwendung fluoridhaltiger Kinderzahnpaste.
- Und ganz wichtig: bitte achten Sie auf eine gesunde Ernährung des Kindes und verzichten Sie nach Möglichkeit auf Süßes.
- Alle Zucker, Traubenzucker, Milchzucker, Fruchtzucker, Haushaltszucker und Süßigkeiten in Getränken bieten Nährstoffe für den Stoffwechsel der Bakterien im Mund, die die Karies auslösen.
- Normalerweise repariert im Speichel enthaltenes Kalzium und Phosphat kleine Entkalkungen im Zahnschmelz. Voraussetzung ist aber, dass die Ernährung ausgewogen ist und zwischen den Mahlzeiten ausreichend lange Pausen liegen. Bei ständigem Nuckeln am Fläschchen mit gesüßten Säften oder Tees können sich die Zähne/der Schmelz nicht

erholen bzw. regenerieren und es entsteht schon sehr früh die frühkindliche Milchzahnkaries. Eine Behandlung der Zähne in diesem Alter ist ausgesprochen schwierig und fast nur unter Narkose möglich.

• Karies ist übertragbar: Eine Quelle für Milchzahnkaries können auch die Eltern sein – je höher die Kariesanfälligkeit ist, desto eher übertragen die Eltern mit dem Speichel Bakterien an das Kind.

Die Zahnarztpraxis Dr. Sibylle Ugojew bietet eine spezielle Kindersprechstunde an, in der ausschließlich Kinder betreut werden. Am Dienstag und am Mittwoch ab 14 Uhr stellt sich das Team auf die Bedürfnisse der Kinder ein, übt mit ihnen das Zähneputzen, klärt über Fluoride auf, gibt Tipps zur richtigen Ernährung und begleitet die Kinder in ihrer Entwicklung vom ersten Milchzahn bis zum fertigen bleibenden Gebiss.

Sprechzeiten im Juli/August

Mo/Mi 9-18 Uhr
Di/Do 9-19 Uhr
Fr 8-12 Uhr
Kindersprechstunde:
Di/Mi ab 14 Uhr

Die Praxis bleibt geschlossen wegen Urlaub: vom 26.07. bis 6.08.2021

Unsere Vertretung ist die Zahnklinik Ost in der Dörpfeldstraße 46, 12489 Berlin-Adlershof, Tel.: (030) 565 905 030

In dringenden Fällen erreichen Sie den zahnärztlichen Notdienst der KZV auch unter:

Tel.: (030) 89 00 43 33

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: Das Gedicht „Wackelzahn, oh Wackelzahn“ von Jutta Knubel.

Wackelzahn, oh Wackelzahn,
Du hast mir so doll weh getan.
Wackeltest hin, wackeltest her,
wochenlang, ab jetzt nicht mehr!

Wackelzahn, oh Wackelzahn,
die Mama hatte da einen Plan.
Sie nahm Dich mit den Fingern fest,
mit einem Ruck, gab sie Dir den Rest.

Wackelzahn, oh Du Wackelzahn,
Deine Zeit bei mir ist jetzt vertan.
Die Zahnfee holt Dich in der Nacht,
wenn der Mond am Himmel lacht.

Wackelzahn, oh Wackelzahn,
reih mich ein in den Lispel Clan.
Ein Taler von der Zahnfee, fein,
wird unter meinem Kissen sein ;-)

Bye Wackelzahn....

STECKBRIEF

Heute stellt sich Ihnen vor: Zahnärztin Nele Kämper

Frau Kämper, seit Juli sind Sie festangestellte Zahnärztin im Team der Zahnarztpraxis Dr. Sibylle Ugojew. Herzlich Willkommen! Verraten Sie uns, wie Sie zur Zahnmedizin gefunden haben?

Gern. Ich bin stets gerne zum Zahnarzt gegangen. Das Interesse für die Naturwissenschaften und die Medizin weckte dann mein Bio-Lehrer in der Oberstufe in mir. Außerdem habe ich mich immer gerne handwerklich betätigt und viel gemalt und gebastelt. Ich finde, dass die Zahnmedizin diese Interessen gut kombiniert. Nach dem Abitur war ich aber immer noch unentschieden, las mir alle möglichen Studienfächer durch bis ich dann endgültig entscheiden habe, dass ich Zahnärztin werden möchte.

strengend und verlangt einem sehr viel Disziplin ab.

Und wie sind Sie in Berlin gelandet?

Nach der Zeit in Kiel hat Berlin mich mit seinem breiten kulturellen Angebot sehr gereizt. Darum entschied ich mich nach dem Studium dazu, meinen Berufsstart hier zu wagen.

Haben Sie ein Spezialgebiet?

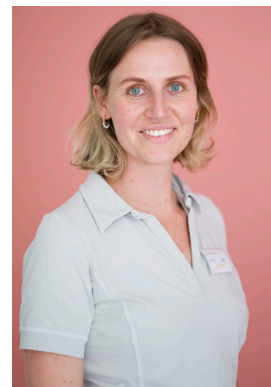
Nein, ich bin breit aufgestellt und freue mich auf alles, was der Beruf mit sich bringt. Die Zahnmedizin ist eine schöne Mischung: Es gibt die medizinische Komponente, das Handwerkliche und die vielen individuellen Menschen, auf die ich treffen und mich einlassen möchte.

Und das Studium absolvieren Sie dann wo?

In Kiel. Ich kannte die Stadt bis dato nicht, bin in Bielefeld aufgewachsen. Aber ich habe mich an der Küste auf Anhieb sehr wohl gefühlt.

Wie verlief das Studium?

Am Anfang hat es mir sehr gut gefallen; am Ende war ich froh, mit meinem Examen das Ganze abzuschließen. Es ist auch an-



Nele Kämper

Foto: mug

Kennen Sie den?

Gast: „Was können Sie mir denn empfehlen?“

Ober: „Vor allem gute Zähne, mein Herr.“

IMPRESSUM

Zahnarztpraxis Dr. Sibylle Ugojew
Dörpfeldstraße 11 / Ecke Gellerstraße
12489 Berlin-Adlershof
Telefon: (030) 67 82 47 62
Fax: (030) 67 82 47 63
Email: info@zahnaerztin-adlershof.de
Website: www.zahnaerztin-adlershof.de
Redaktion: Maria Ugojew (mug)

BERLIN-ADLERSHOF. Noch bis zum 7. September können Interessierte in der Arte-Mediathek die Dokumentation „Xenius: Zähne. Ein Leben lang gesund“ anschauen.

In dem 27-minütigen Beitrag besuchen die Moderatoren Adrian Pflug und Emilie Langlade eine Heidelberger Zahnarztpraxis, in der sie unter anderem erfahren, wie man die eigene Zahngesundheit fördert. Außerdem stellen

Wussten Sie schon?



In der Arte-Mediathek zu sehen: Eine Dokumentation über Zähne und Zahngesundheit. Foto: pixabay.com
sie dort aus Kohle und Kosöl selbst Zahnpaste her und testen sie anschließend auf ihre Wirksamkeit. Insgesamt eine kurzweilige und informative TV-Doku.