

Gut aussehende Menschen werden als erfolgreich, selbstbewusst und glücklich angesehen. Attraktivität ist mit positiven Eigenschaften verbunden. Bei der Gesamterscheinung spielen Mund und Zähne die Hauptrolle.

Dr. med. dent. Jürgen Weber

Schöner Mund

Spektrum ästhetischer Zahnmedizin

Mund und Zähne sind unsere Werkzeuge zur Aufnahme und Zerkleinerung von Nahrung und gleichzeitig unser wichtigstes Kommunikationsmittel. Aber neben dem gesprochenen Wort übertragen sie durch ihr Aussehen auch eine Information an unser Gegenüber: Schlecht gepflegte Zähne werden mit Vernachlässigung oder gar einem schlechten Lebenswandel in Verbindung gebracht, wogegen ein schöner Mund mit Glück und Erfolg gleichgesetzt wird. So einfach ist das in Wirklichkeit aber leider bei Weitem nicht, denn bei der Entwicklung eines ästhetischen Mundes spielen doch viele Faktoren eine Rolle.

Erster Schritt: häusliche Mundhygiene

Bevor Schäden im Gebiss aufwendig behoben werden müssen, ist es sinnvoller, die gesunden Zähne, die uns die Natur geschenkt hat, zu erhalten. Dies ermöglichen Prophylaxemassnahmen auf zwei Ebenen: häusliche Mundpflege und professionelle Betreuung durch den Zahnarzt und die Dentalhygienikerin. Die Entstehung von Karies und Parodontitis ist weitgehend geklärt und somit eine ursachenbezogene Mundhygiene auch ausserhalb der Zahnarztpraxis möglich. Sie beginnt beim Verzicht auf kleine Süssigkeiten (Säurezufuhr). Durch den Verzehr von Zucker entsteht ein aggressives, saures Mundhöhlenmilieu, das die Zähne angreift und zerstört.

Das regelmässige Zähneputzen mit Zahnbürste und Zahnpasta nach den Hauptmahlzeiten ist jedem bekannt. Mindestens einmal täglich sollten zusätzlich die Zahnzwischenräume mit Seide oder passenden Zwischenraumbürstchen vom Zahnbelag (Plaque) befreit werden. Dabei gilt es, die Reinigung der Zahnzwischenräume mehr zu gewichten als das Zähneputzen mit der Bürste: Das Essen harter Lebensmittel wie Äpfel oder Möhren reinigt die Innen- und Aussenseiten der Zähne fast so gut wie die Bürste. Durch die Reibung von Zunge, Lippen und Wangen beim Spre-

Fotos: zvg Implantatzentrum Bern – Praxis Dr. Weber



vorher: Veneers auf zwei schief stehenden oberen Schneidezähnen.



nachher



vorher: Veneerversorgung putzgeschädigter Oberkieferfrontzähne.



nachher

chen und Schlucken besitzt unser Mund darüber hinaus noch eine weitere Möglichkeit der Selbstreinigung.

Regelmässige professionelle Unterstützung

Unsere Zähne sind mit ihren Höckern, Fissuren und Nischen am Zahnfleischsaum sehr kompliziert gebaut, deshalb kann sie kaum jemand zu 100 Prozent belagsfrei halten. Dieses persönliche Hygienedefizit ist nicht schlimm, sofern

man eine regelmässige Dentalhygiene in Anspruch nimmt. Unter einer besseren Beleuchtung als zu Hause und mit einer Lupenbrille erkennen die Profis den Belag selbst an unzugänglichen Stellen. Wird er mit Pulverstrahl und Polierpasten entfernt, trägt das neben dem positiven gesundheitlichen Effekt zu einer natürlichen Ästhetik bei. In vielen Fällen werden die Zähne allein durch die Benutzung des Pulverstrahls aufgehellt.

Bleaching

Wo die Zahnfarbe zu dunkel ist, kann durch Bleaching versucht werden, die Zähne aufzuhellen. Eine Variante ist das Bleichen beim Zahnarzt (In-Office-Bleaching), der dem Patienten eine mit einem Gel gefüllte Kunststoffschiene einsetzt. Der Patient sitzt während des etwa einstündigen Bleichvorganges im Wartezimmer. Dadurch ist er unter ständiger Kontrolle des Praxisteams. Diesen Bleichvorgang kann man auch zu Hause durchführen (Homebleaching). Dafür gibt der Zahnarzt dem Patienten ein Paar Kunststoffschienen und das Bleichgel mit nach Hause. So ist der Patient zeitlich flexibler und kann die Bleichschienen tragen, wann immer es ihm passt. Nachteilig ist der geringere Bleicheffekt bzw. die längere Zeitspanne bis zum Wunschergebnis.

Wurzelgefüllte Zähne bohrt der Zahnarzt an der Innenseite auf, füllt Bleichgel ein und verschliesst den Zahn wieder. Nach einigen Tagen wird das Bleichgel durch frisches Material ersetzt, was man so lange wiederholt, bis der gewünschte Aufhellungsgrad erreicht ist.

Minimalinvasive ästhetische Massnahmen

Manche Menschen haben auf den Zähnen kleine Flecken oder Farb- und Strukturveränderungen, die störend wirken.

Fortsetzung auf Seite 56

Kukident Mehr Sicherheit für Ihre Dritten.

Wir geben Ihnen ein sicheres Gefühl den ganzen Tag.

- Super-Haltcreme Kukident** für extra-starken Halt, ohne Farb- und Geschmacksstoffe.
- Super-Haltcreme Kukident** für extra-starken Halt mit dem angenehmen Frischegefühl.
- Super-Haltcreme Kukident** für extra-starken Halt den ganzen Tag.

Wenn Sie etwas gegen Zahnverfärbungen haben

Der Konsum von Kaffee, Tee, Rotwein oder Nikotin kann zu oberflächlichen Zahnverfärbungen führen.

elmex® INTENSIVREINIGUNG entfernt Zahnverfärbungen und hilft, die natürliche Zahnfarbe zu erhalten. Aufgrund ihrer einzigartigen Formulierung und einer speziellen Putzkörperkombination hat die Spezial-Zahnpasta hervorragende Reinigungs- und Poliereigenschaften. Wirkt schon bei ein- bis zweimal wöchentlicher Anwendung, ohne den Zahnschmelz anzugreifen. Darüber hinaus macht das in **elmex® INTENSIVREINIGUNG** enthaltene hochwirksame Aminfluorid den Zahnschmelz widerstandsfähiger gegen Karies.



www.elmex.ch

Ändert der Zahnarzt durch feinstes Beschleifen des Zahnes mit Bürstchen und säurehaltiger Paste (Mikroabrasion) die Lichtbrechung an der Zahnoberfläche, verschwinden die störenden Flecken in der Regel. In hartnäckigen Fällen werden Farbveränderungen vorsichtig ausgebohrt und durch Kunststoffe (Composites) ersetzt. Moderne Füllungsmaterialien besitzen ähnliche Lichtbrechungsreflexe wie die Zahnhartsubstanzen, sodass solche Füllungen «unsichtbar» gestaltet werden können.

Keramikveneers

Manchmal ist die Farbveränderung jedoch grossflächig, sodass weitergehende Massnahmen ergriffen werden müssen, um das Ziel «ästhetische Zähne» zu erreichen. Eine Möglichkeit dafür bieten sogenannte Veneers oder Laminates: dünne Verblendschalen aus Keramik, die auf die Zähne aufgeklebt werden. Diese werden vorher vom Zahnarzt vorsichtig und nur auf der Aussen-seite beschliffen, damit die Veneers in den Zahn integriert werden können und nicht auftragen. Nach einer Abformung erhält der beschliffene Zahn einen temporären Schutz für die Zeit, in der der Zahntechniker die individuelle Verblendschale herstellt. Solche Restaurationen können nicht nur in der Wunschfarbe und -helligkeit gefertigt werden, sondern auch in der vom Patienten gewünschten Form. Auf diese Weise lassen sich Zahnstellungsfehler, Lücken oder Schiefstände kaschieren, ohne dass gleich der ganze Zahn abgeschliffen werden muss.

Vollkeramikversorgungen

Sind die ästhetischen Mängel gravierender oder weisen die betreffenden Zähne Substanzdefekte auf, sind Kronen das Therapeutikum der Wahl. Für die Versorgung eines Zahnes mit einer Krone muss der Zahn in seinem Umfang und in der Höhe beschliffen werden: Da-

Tipps

5 Tipps für den Erhalt gesunder, schöner Zähne:

1. Lassen Sie regelmässig eine professionelle Zahnreinigung durchführen.
2. Ein Apfel oder Kaugummi kann hin und wieder das Zähneputzen ersetzen.
3. Nach dem Verzehr von Obst ein Glas Wasser trinken und 20 Minuten mit dem Zähneputzen warten.
4. Zahnseide, Zahnholzchen oder Zahnzwischenraumbürstchen sind unerlässlich.
5. Schonendes Homebleaching für hellere Zähne schadet nicht.

durch schafft der Zahnarzt Platz für die Krone, die aus verschiedenen Materialien hergestellt werden kann und den Zahnstumpf wie eine Hülse umgibt. Konventionelle Kronen bestehen aus einem etwa 0,3 mm dünnen Gerüst einer besonderen Goldlegierung. Auf diese wird die zahncfarbene Verblendung aus Keramik bei ungefähr 1100 °C aufgebrannt. Um unschöne dunkle Kronenränder zu vermeiden, wird im sichtbaren Bereich des Zahnes eine umlaufende Stufe aus Keramik angebracht. Immer stärker werden solche konventionellen Kronen durch Vollkeramikronen verdrängt, die den Vorteil einer metallfreien Versorgung bieten. Selbst Brücken über mehrere Zähne können aus Keramik angefertigt werden.

Kieferorthopädie

Typisch für Teenager sind heutzutage Bänder, Drähte und Brackets, mit denen Zahnfehlstellungen beseitigt werden. Aber auch immer mehr Erwachsene lassen in der Jugend versäumte Korrekturen nachholen. Dies führt nicht nur zu einem ästhetischen Gebiss, sondern beugt auch Karies und Parodontitis vor; denn zwischen schief stehenden Zähnen bilden sich Nischen, die man nur schwer putzen und pflegen kann.

Patienten, die sichtbare Korrekturhilfen «feste Klammern» nicht mögen, bietet sich die Möglichkeit, die Korrekturdrähte an der Innenseite der Zähne befestigen zu lassen (Lingualtechnik). Zunehmend setzen sich auch Systeme durch, bei denen die Zähne mittels glasklaren und somit unsichtbaren Kunststoffschienen bewegt werden.

Faltenunterspritzung

Ein ästhetischer Mund hört nicht mit den Zähnen auf. Die Bisshöhe, der korrekte Abstand von Ober- und Unterkiefer, ist ein wichtiger Faktor für ein harmonisches Gesicht. Ein erfahrener Zahnarzt wird bei jeder Versorgung darauf achten, denn durch die korrekte Bisshöhe, die im Laufe des Lebens durch Abnutzung abnimmt, wird auch einer Faltenbildung im Gesicht vorgebeugt.

Zeigen sich um den Mund kleine Falten, ist auch der Zahnarzt Ihr Ansprechpartner für eine Faltenunterspritzung. Diese wird mit Hyaluronsäure, einem auch vom Körper selbst produzierten Stoff, durchgeführt, der keinerlei Nebenwirkungen zeigt.



TEBODONT® mit Teebaumöl

- pflegt und kräftigt das Zahnfleisch
- erfrischt nachhaltig
- hemmt die Plaque- und Kariesbildung
- klinisch erfolgreich getestet



**Gel
Mundspülung
Spray
Stretch floss
Zahnpaste**

WILD

Dr. Wild & Co. AG, 4132 Muttenz



NEU

FÜR STUFENLOOKS WIE FRISCH VOM COIFFEUR GESTYLT.



MIT DER NEUEN LIFT & DEFINITION SERIE

Kreieren Sie Ihren Look wie die Profis, mit der ersten Pflege- und Stylingserie speziell für gestuftes Haar. Shampoo und Pflegespülung geben Leichtigkeit und Flexibilität. Einzelne Strähnen werden mit dem Mousse Wax definiert. Als Finish gibt das Haarspray Halt über den ganzen Tag. Für Stufenlooks wie frisch vom Coiffeur gestylt.



PANTENE PRO-V
www.pantene.ch

Fragen Sie nach dem Pantogar

Kur-Bon

Haarausfall?



Wirksamkeit wissenschaftlich getestet



pantogar®
MEDICAL HAIR CENTRE
Merz Pharma (Schweiz) AG

www.pantogar.com

Bitte lesen Sie die Packungsbeilage.
Erhältlich in Apotheken und Drogerien.