

Nach dem Essen Zähne putzen?

MUNDHYGIENE

Die vier größten Patientenirrtümer bei der Zahnpflege

1. Weiße Zähne sind gesunde Zähne?

Viele Zahncremes werben mit einem Bleaching-Effekt. Ab einem RDA-Wert von mehr als 100 wirken sie allerdings wie Schleifpapier und beschädigen die Zahnoberfläche. Auch Bleachings aus dem Drogeriemarkt haben meist nur einen gering aufhellenden Effekt, können das Zahnfleisch jedoch empfindlich reizen. Bei einem professionellen Bleaching in der Zahnarztpraxis kann das zu erwartende Ergebnis vorher besprochen werden, und Zahndefekte, bei denen ein Bleaching schädlich wäre, können vorab behoben werden. Auch sind von Natur aus extrem weiße Zähne nicht automatisch ein Zeichen für bessere Gesundheit. Weiße Flecken auf den Zähnen kön-

nen sogar eine extreme Brüchigkeit der Zähne anzeigen. Etwas dunkler werdendes Zahnmaterial ist mit zunehmendem Alter im Übrigen ganz normal. Eine gleichmäßige Zahnfarbe durch exakte Farbanpassung von möglichen Füllungen, Veneers oder Zahnersatz sorgt für ästhetische Harmonie und ein gesundes Aussehen der Zahnreihen.

2. Viel „Schrubben“ hält die Zähne gesund?

Natürlich gehört es zu einer guten Mundpflege, die Zähne nach dem Essen zu putzen. Doch wer direkt nach der Mahlzeit losrennt und loschrubbt, handelt kontraproduktiv. Insbesondere nach dem Genuss von säurehaltigen Lebensmitteln, zum Beispiel Obst oder Fruchtsäften,



AUTOR DES BEITRAGS
Andreas H. Raßloff
Zahnarzt

www.die-oldenburger-zahnaerzte.de

sollten Patienten 20 bis 30 Minuten vergehen lassen, ehe sie zur Zahnbürste greifen. Säuren greifen die

Schutzschicht des Zahnschmelzes an, und es braucht diese Zeit, damit der Speichel eine neue Schutzschicht bilden kann. Zahnpflegekaugummis können diesen Prozess intensivieren, und sind auch eine gute Notlösung, wenn mal keine Chance fürs Zähneputzen nach dem Essen besteht.

Auch, wer kreuz und quer einfach möglichst kräftig drauflos schrubbt, tut seiner Zahngesundheit nichts Gutes, sondern provoziert Zahnfleischschwund und eine Abtragung des Zahnschmelzes. Besser ist es, mit einer weichen oder mittelharten Zahnbürste langsam und mit wenig Druck kreisförmig zu putzen und Zahnseide und -bürstchen für die Zahnzwischenräume zu nutzen.

3. Bei Karies hilft nur der Bohrer?

Karies ist eine bakteriell ausgelöste Infektionskrankheit. Schon Babys können von ihren Eltern damit angesteckt werden, wenn diese zum Beispiel den Schnuller oder den Löffel des Kindes ablecken. Aufklärung, eine gute Mundhygiene und regelmäßige Zahnarztbesuche können dazu beitragen, dass trotz einer Kariesinfektion gar nicht erst gebohrt werden muss: Wird Karies bereits im Frühstadium erkannt, kann die betroffene Stelle entsprechend vorbereitet, aufgeraut und anschließend mit einem farblosen Kunststofffüllung aufgefüllt und versiegelt werden.

4. Mundgeruch ist immer ein Magenproblem?

In den meisten Fällen ist chronischer Mundgeruch ein Hin-

Weitere Brancheneinträge finden Sie auf nwz-guide.de



Buchen Sie Ihren Eintrag

schnell und einfach im Internet unter guide.nwzonline.de/branchenguide

Fragen zur Buchung beantwortet der Service Geschäftskunden, **Telefon (0441) 9988-4114**

weis auf defekte Zähne oder Parodontitis (Zahnfleischartzündung). Übler Atem entsteht dann als Folge bakterieller Zersetzung von Belägen, die sich in Zahnzwischenräumen, in Zahnfleischtaschen und an Kronenrändern festsetzen, und Entzündungen hervorrufen. Ein schweres Krankheitsbild, das behandelt werden muss, denn es birgt gravierende Folgen für die ganze Gesundheit.

CHIRURGIE

Praxis	Adresse	Telefon, E-Mail	Sprechstunde
W. Stöver Facharzt f. Chirurgie / Unfallchirurgie	Zwischenbrücken 17 27793 Wildeshausen	04431-918555 / Amb. OP (z.B. auch in Vollnarkose), Röntgen, handchir. OP	falls mögl. bitte telefon. Terminabsprache

ORTHOPÄDIE

Praxis	Adresse	Telefon, E-Mail	Sprechstunde
Dr. med. Michael Bier, Facharzt für Orthopädie, Akupunktur, Ganzheitliche Orthopädie, Naturheilverfahren, Chirotherapie	Grüne Straße 4 26121 Oldenburg	0441 / 9 250 250 0441 / 9 250 543	Privatpraxis, Termine n.V., www.Dr-Bier.de , info@Dr-Bier.de

Rainer de Barse Facharzt für Orthopädie, Chirotherapie, Osteologie (DXA - Knochendichtemessung), Stoßwellentherapie	Oldenburger Str. 257 26180 Rastede	04402/ 84040 04402/ 2650	Mo, Die, Do 8-12 u. 15-18 Uhr, Mi+Fr 8-13 Uhr und nach Vereinbarung praxis@orthopaede-rastede-debarse.de www.orthopaede-rastede-debarse.de
---	--	-----------------------------	--

Dres. F.Cramer, S-O Meyer, R. Heimburger, M. Kauss Orthopädie, Sportmed., ESWT, Osteoporose DXA, Akupunktur, Stat. OP	Mozartstr. 30 26655 Westerstede Oldenburger Str. 2a 26160 Bad Zwischenahn	04488-523550 www.orthopaedie-wst.de 04403/6023230 www.orthopaeden-am-meer.de	Mo.-Fr. 8.-12 Uhr, Mo., Di. u. Do. 15-19 Uhr
---	---	--	---

PLASTISCHE CHIRURGIE

Praxis	Adresse	Telefon, E-Mail	Sprechstunde
Juventus Tagesklinik Dr. Michael Wrobel Plastische und Ästhetische Chirurgie Andreas H. Raßloff Zahnheilkunde, Implantologie	Dragoner Str. 1 26135 Oldenburg www.juventus.de	Tel. 0441-2182446 Fax 0441-2182447 info@juventus.de	Individuelle Termine nach Ihren Bedürfnissen

Aesthetik Team Oldenburg Ästhetische Chirurgie Dr. med. M. Wrobel, Dr. med. A. Settje, Dr. med. T. Wermter Dr. Mike Rüttermann und Dr. med. R. Hoffmann	Poststr. 1 26122 Oldenburg www.aesthetik-team-oldenburg.de	Tel. 0441-99843414 Fax 0441-4086856 info@aesthetik-team-oldenburg.de	nach Vereinbarung
--	---	--	-------------------

Hand- und Plastische Chirurgie Oldenburg. Dr. med. M. Wrobel, Dr. med. A. Settje, Dr. med. T. Wermter Dr. M. Rüttermann, Dr. med. R. Hoffmann und Priv. Doz. Dr. Christian Herold	Poststr. 1 26122 Oldenburg www.hpc-oldenburg.de	Tel./Fax: 0441/4086855 info@hpc-oldenburg.de	Termine nach Vereinbarung
---	---	---	---------------------------

PLASTISCHE OPERATIONEN

Praxis	Adresse	Telefon, E-Mail	Sprechstunde
Juventus Tagesklinik Dr. Michael Wrobel Plastische und Ästhetische Chirurgie Andreas H. Raßloff Zahnheilkunde, Implantologie	Dragoner Str. 1 26135 Oldenburg www.juventus.de	Tel. 0441-2182446 Fax 0441-2182447 info@juventus.de	Individuelle Termine nach Ihren Bedürfnissen

Aesthetik Team Oldenburg Ästhetische Chirurgie Dr. med. M. Wrobel, Dr. med. A. Settje, Dr. med. T. Wermter Dr. M. Rüttermann, Dr. med. R. Hoffmann und Priv. Doz. Dr. Christian Herold	Poststr. 1 26122 Oldenburg www.aesthetik-team-oldenburg.de	Tel. 0441-99843414 Fax 0441-4086856 info@aesthetik-team-oldenburg.de	nach Vereinbarung
---	---	--	-------------------

RADIOLOGISCHE DIAGNOSTIK

Praxis	Adresse	Telefon, E-Mail	Sprechstunde
Radiologie Jade-Weser GbR Brake-Nordenham-Varel-Bremen Dres. Redeker-Standke, Knoth, Standke, Morche. Fr. Busche, Hr. Winkler	26919 Brake 26954 Nordenham 26316 Varel 28779 HB- Blumenthal	04401-859850 Fax -14 04731-9477-29 Fax -14 04451-9560-12 Fax -14 0421-61073040 Fax 0421-6900607 www.radiologie-jade-weser.de	MRT, CT, Röntgen, Mammographie, Interventionen Dentale Volumentomographie Offenes MRT

Praxis Dr. Steen und Partner MRT / CT / Mammographie / CT-assistierte Schmerztherapie / NUK / Schilddrüsen- sprechstunde / Radiosynoviorthese	Grüne Str. 12 26121 Oldenburg	0441 - 92 678 - 0 0441 - 92 678 - 55 www.radiologie-oldenburg.de	Mo, Di, Do 8.30-16.30 Uhr Mi 8.30-12.30 Uhr, Fr 8.30-12.30 Uhr und nach Vereinbarung
--	----------------------------------	---	---

Praxis Dres. Kuhn / Behrends / Wefer Röntgen/ MRT/ CT/ NUK / Schilddrüsen-Sprechstunde	Gottorpstraße 3 26122 Oldenburg	0441/ 7791177 www.radiologie-kuhn.de	Mo-Do 8-18 Uhr, Fr 8-16 Uhr und nach Vereinbarung
--	------------------------------------	---	--

ALLGEMEINMEDIZIN

Praxis	Adresse	Telefon, E-Mail	Sprechstunde
Dr. med. Gudrun Radenz Allgemeinmedizin, Betriebsmedizin, Naturheilverfahren Dr. med. Mariam Sachse Innere Medizin, Akupunktur, Ernährungsmedizin	Staulinie 21 26122 Oldenburg	0441/ 26692 www.praxis-radenz.de	Mo-Fr 8-12:00, Mo 14-16:00, Di, Do 17-18:00 und nach Vereinbarung

AUGENHEILKUNDE

Praxis	Adresse	Telefon, E-Mail	Sprechstunde
Dr. med. Axel Waskönig Augenarzt	Hunoldstraße 60 26203 Hundsmühlen	0441 - 36164000 info@augenarzt-waskoenig.de www.augenarzt-waskoenig.de	Individuelle Termine, ganz nach Ihren Bedürfnissen

CHIROTHERAPIE

Praxis	Adresse	Telefon, E-Mail	Sprechstunde
Dr. Nicole Gorris-Vollmer Allgemeinmedizin-Chirotherapie	Waffenplatz 1 26122 Oldenburg	0441-25419 0441-26896	Mo-Fr 8:00-14:00 Uhr, Mo/Di/Do 16:00-18:00 Uhr
Hilke Lüder, Physioth. u. Ärztin f. Manuelle Medizin / Chirotherapie / Atlasth. f. Erw., Kinder u. Säuglinge	Scheideweg 278 26127 Oldenburg	0441 / 361 48 48 4 0441 / 361 48 48 6	nach Vereinbarung www.pfg-ol.de

GASTROENTEROLOGIE

Praxis	Adresse	Telefon, E-Mail	Sprechstunde
Dr. Jens Buckisch Internist und Gastroenterologe	Mozartstr. 30 26655 Westerstede	Tel: 04488/7636490 Fax: 04488/76364999	Mo-Fr 8.00-12.00 Uhr und Mo, Di, Do von 14.00-17.00 Uhr

HNO-HEILKUNDE

Praxis	Adresse	Telefon, E-Mail	Sprechstunde
Dres. med Carola Walter-Leirich, Sebastian Walter, Jan-Dirk Geerken, Carola Williamson, Fachärzte f. HNO- Heilkunde, Naturheil-verfahren, Akupunktur, ambul. OPs, Schnarchdiagnostik, Allergologie	Neue Donnerschweer Str. 30 Im Zentrum Gesundheit	Privatsprechstunde 0441/95079919	Nach Vereinbarung www.HNOoldenburg.de
Reinhard Dirks Facharzt für HNO- Heilkunde ambulante – stationäre belegärztl. Operationen, Lasertherapie	Hauptstr.21 26215 Wiefelstede	04402-60863 info@hno-dirks.de	Termine nach telefonischer Vereinbarung