

NWZ-Ärztenspezial: Der Arzt in Ihrer Nähe

Hier finden Sie Ärzte bzw. Arztpraxen sortiert nach fachlichen Schwerpunkten. Weitere Schwerpunkte können jederzeit ergänzt werden

NEUES TRINKTAGEBUCH

Insbesondere für Senioren gilt ein wichtiges Grundprinzip: Nur wer sich gesund ernährt und vor allem ausreichend trinkt, bleibt länger fit.

Gerade regelmäßiges Trinken ist wichtig, denn der Wasseranteil im Körper nimmt im Alter stetig ab und das Durstempfinden wird schwächer. Deshalb sollte z. B. ein Glas Mineralwasser immer in Reichweite stehen und zu jeder Mahlzeit getrunken werden. Mit einem praktischen Trinktagebuch unterstützt die Informationszentrale Deutsches Mineralwasser (IDM) Senioren jetzt dabei, ihre tägliche Trinkmenge und Getränkeauswahl zu beobachten. Empfehlenswerte Getränke wie Mineral- und Heilwasser sowie Getränke, die nur in Maßen getrunken werden sollten (z. B. Kaffee, Milch, Saft, Alkohol), sind als Symbole dargestellt. Diese finden sich auch in einer Tabelle wieder, die für die Erfassung der getrunkenen Menge angelegt ist. Wann immer der Nutzer des Trinktagebuches Flüssigkeit zu sich genommen hat,



streicht er ein Kästchen in der entsprechenden Kategorie ab. Am Ende des Tages werden die Kästchen zusammengezählt und es kann auf einen Blick geprüft werden, ob Trinkmenge und Getränkeauswahl optimal waren. Zusätzlich enthält das Trinktagebuch die wichtigsten Informationen über die Wichtigkeit des Trinkens und gibt nützliche Trinktipps.

Das Trinktagebuch kann kostenfrei bestellt werden: ☎ 0 18 05 - 45 33 33 (0,14 €/ Min aus dem deutschen Festnetz, max. 0,42 €/Min. aus deutschen Mobilfunknetzen oder per Mail unter: IDM@mineralwasser.com

Mundtrockenheit (Xerostomie): Gefahr für die Zahngesundheit

Ihnen bleibt die Spucke weg? Damit sind Sie nicht allein! Mundtrockenheit ist ein häufiges Symptom! Menschen jeden Alters klagen darüber. Die Ursachen sind vielfältig. Aus verschiedensten Gründen sind Senioren jedoch wesentlich öfter betroffen als junge Menschen. Schätzungen zufolge leiden über 40 Prozent der Personen über 60 Jahre an diesem Beschwerdebild.

Mit zunehmendem Lebensalter nimmt die Speichelproduktion ab, und viele ältere Menschen trinken zu wenig. Zusätzlich tritt Mundtrockenheit oft als Nebenwirkung von Medikamenten auf, etwa bei Antiallergika und Antihistaminika, bei Anti-Parkinson-Medikamenten, bei Betablockern, Rheumamitteln oder Psychopharmaka.

Während kurzfristige

Mundtrockenheit, zum Beispiel bei einer durch Erkältung eingeschränkten Nasenatmung oder als Folge von Stress, meist durch ausreichende Flüssigkeitszufuhr oder Kaugummikauen beseitigt werden kann, sollte bei länger andauernder Trockenheit der Mundschleimhaut unbedingt ein Zahnarzt hinzugezogen werden, denn:

Speichel erfüllt wichtige, schützende Funktionen. Er enthält zum Beispiel Enzyme, die Bakterien abwehren, Zucker aus der Nahrung in kleinere Teile spalten, und er reinigt die Mundhöhle. Speichel wehrt Säureangriffe auf die Zähne ab und remineralisiert die Zahnoberfläche.

Wird zu wenig Speichel produziert oder ist die Speichelzusammensetzung verändert, kann dieses zu schlechtem Atem, Kariesbildung oder Entzündungen führen. Auch Stoffwechsellstörungen, Chemotherapien oder Tumorstrahlungen im Mundbereich werden oft begleitet von Schluck- und Kaubeschwerden, Zahnfleisch- oder Zungenbluten sowie schmerzhaften Stellen in der Mundhöhle. Folgen können auch Parodontitis und ein verminderter

Halt von Prothesen sein.

Anhaltende Mundtrockenheit ist also nicht nur unangenehm, sondern auch gefährlich für die Zähne!

Aussagekräftigste Diagnosemethode bei einer Xerostomie ist die Messung der Speichelfließrate, bei der der Zahnarzt feststellen kann, wie viel Speichel pro Minute gebildet wird. Bei unklarer Ursache können weitere Untersuchungen notwendig sein, beispielsweise ein Erregerabstrich aus der Mundhöhle, eine Röntgenuntersuchung oder eine Darstellung der Speichelgänge mit Kontrastmitteln.

Im Anschluss an die Befundung werden die Patienten beraten, wie sie den Speichelfluss anregen, ggf. ihre Ernährung optimieren und für eine angemessene Mundpflege, beispielsweise mit weichen Bürstchen, speziellen Kautabletten und geeigneten Spülungen sorgen können. Der behandelnde Zahnarzt muss über die Einnahme von Medikamenten informiert werden und sollte engmaschige gründliche Untersuchungen auf versteckte Karies durchführen. Vorbeugend sollten bei anhaltender Mundtro-



AUTOR DIESES BEITRAGES:

Andreas H. Raßloff
„die-oldenburger-zahnärzte“
Zahnärztlicher Leiter der
Juventis Tagesklinik

ckenheit professionelle Zahnreinigungen in kürzeren Intervallen vorgenommen werden.

Bei bestimmten Erkrankungen hat sich zudem der Einsatz von künstlichen Speichersatzflüssigkeiten als pflegendes Mundspray bewährt, die zu einer Befeuchtung des Mund- und Rachenraumes führen, einer Demineralisierung der Zähne sowie Karies entgegenwirken.

Plastische Chirurgie			
Arztpraxis	Adresse	Tel.-Nr./Fax	Sprechstunde
Dr. med. Joachim Niemeier Facharzt für Chirurgie, Plastische Chirurgie	Mühlenweg 9 26676 Barßel	04499-1068 04499-91036	Nach Vereinbarung
Hand- und Plastische Chirurgie Oldenburg. Dr. med. R. Hoffmann, Dr. med. M. Wrobel und Dr. med. A. Settje. Plastische Chirurgie, Ästhetische Chirurgie, Brustchirurgie, Faltenbehandlung	Marienstr. 1 26121 Oldenburg www.hpc- oldenburg.de	Tel./Fax: 0441/4086855 info@hpc- oldenburg.de	Termine nach Vereinbarung
Juventis Tagesklinik Plastische und Ästhetische Chirurgie Implantologie Zahnästhetik	Dragoner Str. 1 26135 Oldenburg www.juventis.de	Tel. 0441-2182446 Fax 0441-2182447 info@juventis.de	Individuelle Termine nach Ihren Bedürfnissen

Radiologische Diagnostik			
Arztpraxis	Adresse	Tel.-Nr./Fax	Sprechstunde
Radiologie Jade-Weser Brake-Nordenham-Varel Dres, Standke, Knoth, Standke S. Busche, F.H. Winkler Dr. med. Morche	26919 Brake 26954 Nordenham 26316 Varel	04401-85985-0 Fax-14 04731-9477-29 Fax-14 04451-9560-12 Fax-14 www.radiologie-jade- weser.de	MRT, CT, Röntgen, Mammographie, Interventionen
Praxis Dr. Steen und Partner MRT / CT / Mammographie NUK / Schildrüsensprechstunde	Grüne Str. 12 26121 Oldenburg	0441 - 92 678 - 0 0441 - 92 678 - 55	Mo,Di,Do 8.30-16.30 Uhr Mi 8.30-12.30 Uhr, Fr 8.30-14.30 Uhr
Radiologische Praxis Dres. Kuhn / Behrends / Wefer Röntgen/ MRT/ CT/ NUK / Ultraschall	Gottorpstraße 3 26122 Oldenburg	0441/ 7791177 www.radiologie- kuhn.de	Mo-Do 8-18 Uhr, Fr 8-16 Uhr und nach Vereinbarung

Rechtsmedizin			
Arztpraxis	Adresse	Tel.-Nr./Fax	Sprechstunde
Dr. med. Susanne Hirtz Rechtsmedizin, Tätigkeitsschwerpunkt Abstammungsgutachten	Nordstr. 2 26135 Oldenburg	0441/ 25325 0441/ 14485	Mo-Do 08:00 - 16:00, Fr. 08:00 - 14:00 und nach Vereinbarung

Implantologie			
Arztpraxis	Adresse	Tel.-Nr./Fax	Sprechstunde
Dr. Andreas Hein MSc* und Partner, *Master of Science Implantologie Praxis für Zahnheilkunde Implantologie, Prophylaxe, Zahnästhetik, Bhd. unter Vollnarkose	Parkstraße 44 27798 Hude www.zahnarzt-dr- hein.de	Tel. 04408-970900 Fax 04408-970930 Email: praxis@zahnarzt- dr-hein.de	Montag bis Samstag nach Vereinbarung

Juventis Tagesklinik Plastische und Ästhetische Chirurgie, Implantologie, Zahnästhetik	Dragoner Str. 1 26135 Oldenburg www.juventis.de	Tel. 0441-2182446 Fax 0441-2182447 info@juventis.de	Individuelle Termine nach Ihren Bedürfnissen
--	---	---	---

Brinkmann, Detlev ZA Implantologie, Lasertherapie, ästhetische Zahnheilkunde	Theaterwall 14 26122 Oldenburg	Tel. 0441/26387 Fax 0441/9250666 e-mail: detlev.brinkmann @t-online.de www.zahnarztbrink- mann.de	Mo. Di. Do. 8:00 - 12:30, 14:30 - 18:00 Mi. Fr. 8:00 - 13:00
--	-----------------------------------	---	--

Zahnmedizin			
Arztpraxis	Adresse	Tel.-Nr./Fax	Sprechstunde
Zahnarzt Dietrich Restemeyer Direkte Keramikversorgung mit Cerecverfahren	Mittellinie 77c 26160 Bad Zwischenahn/ Petersfehn	04486/ 92880	Mo-Do 8-13 Uhr, Mo, Die, Do 15-18 Uhr, Fr 8-14.30 Uhr
dente per dente Praxen für ästhetische Zahnheilkunde modernste Zahntechnik Laserbehandlung Implantologie	Peterstr. 7 26160 Bad Zwischenahn	T. 04403 - 5360 F. 04403- 8109110 info@dente-dente.de	Ihr Wunschtermin nach Vereinbarung
Dr. Andreas Hein MSc* und Partner, *Master of Science Implantologie Praxis für Zahnheilkunde Implantologie, Prophylaxe, Zahnästhetik, Bhd. unter Vollnarkose	Parkstraße 44 27798 Hude www.zahnarzt-dr- hein.de	Tel. 04408-970900 Fax 04408-970930 Email: praxis@zahnarzt- dr-hein.de	Montag bis Samstag nach Vereinbarung
Juventis Tagesklinik Plastische und Ästhetische Chirurgie Implantologie Zahnästhetik	Dragoner Str. 1 26135 Oldenburg www.juventis.de	Tel. 0441-2182446 Fax 0441-2182447 info@juventis.de	Individuelle Termine nach Ihren Bedürfnissen

L. Faß T. Christen Kiefergelenkdiagnostik - Implantologie - Parodontologie - zertifizierter Endodontologe	Edewecker Landstr. 30a 26131 Oldenburg	0441 - 53644	Mo-Fr 8.30-13.00 u. 15.00 - 18.00 Mi 8.30 - 13.00 Do bis 20.00
--	--	--------------	--

Praxis für Zahnheilkunde M. Pradel, L. Roßner, A. Sernau; Stefanie Fischer, Implantologie, Zahn- ästhetik, Parodontologie, Kinderzahn- heilkunde Neu: Mundgeruchssprech- stunde, Endodontologie	Bloherfelder Straße 17 26129 Oldenburg	04 41 / 5 84 52	Mo.-Do. 7.30 - 20.00 Uhr Fr. 7.30 - 18.00 Uhr
--	--	-----------------	--

Praxisgemeinschaft Dr. Joachim Buck Dr. Dagmar Weyers Zahnärzte Kiefergelenktherapie (IPR-System), SOLO -Prophylaxe, ganzheitliche Amalganentfernung, Schnarchtherapie	Prinzessinweg 40 26122 Oldenburg	0441 - 77177	Montag bis Freitag nach Vereinbarung
--	-------------------------------------	--------------	---

Zahnärzte für Ästhetik u. Funktion Dr. Claudia Knobloch & Kollegen Vollkeramik, Implantologie, ganzheitl. Zahnheilkunde, Prophylaxe	Kernbeisserring 1 26135 Oldenburg	0441/ 2069888 www.schoene- zaehne-ol.de	Mo-Fr. ab 8.00 nach Vereinbarung Früh- u. Abendsprechstunde
--	--------------------------------------	---	---

Zahnarztpraxis Dr. Heinrich Meiners und Partner Soloprophyllaxe, Cerec, Implantologie, Kinderzahnheilkunde	Bremer Heerstr. 127 26135 Oldenburg	0441-20892 0441-20798	Mo - Do: 08.00-20.00 Uhr; Fr: 08.00-16.30 Uhr
---	---	--------------------------	--

„die-oldenburger-zahnärzte“, Andreas H. Raßloff und Partner, Zahnärzte, Ästh. Zahnheilk., Implantologie, Parodontose- bhd., Wurzelkanalbhd., Kinderzahn- heilk., Hypnose, Bhd. unter Vollnarkose Funkt. Diagnostik (CMD) Naturheilkunde	Osternburg: Dragoner Str. 1 26135 Oldenburg Bürgerfelde: An der Südbake 1 26127 Oldenburg	0441/25225 info@praxis- osternburg.de 0441/63053 info@praxis- buergerfelde.de	Mo. - Do. 8 - 19 Uhr, Fr. 8 - 17 Uhr und nach Vereinbarung www.die-oldenburger- zahnärzte.de
--	--	--	--

Fußchirurgie			
Arztpraxis	Adresse	Tel.-Nr./Fax	Sprechstunde
Dr. med. Joachim Niemeier Arzt für Orthopädie und Unfallchirurgie	Mühlenweg 9 26676 Barßel	04499-1068 04499-91036 www.chirurgie- barsel.de	Nach Vereinbarung

Dentallabore			
Arztpraxis	Adresse	Tel.-Nr./Fax	Sprechstunde
Böckmann & Penning Zahntechnik Fachlabor für Implantologie und Zahnästhetik	Zum Brook 11 Cloppenburg	(04471) 9151 0 mail@bpdental.de	Mo-Fr: 08:00 bis 12:45 Uhr Mo-Fr: 14:00 bis 17:30 Uhr

Buchen Sie Ihren Eintrag schnell und einfach im Internet unter <http://www.NWZonline.de/branchenspezial/>. Fragen zur Anzeigenbuchung beantwortet der Service Geschäftskunden, Tel. (0441) 9988-4114.