

Ratgeber: Gibt es „schlechtes Zahnmaterial“? Optimale Vorsorge für gesunde Zähne.

## Am Ball bleiben für gute, gesunde Zähne

von Dr. Jörn Thiemer, MSc, MSc, MS (USA)

Es soll ja vorkommen, dass man lieber dem Gegner die Schuld gibt als sich selbst. Auf dem Platz sowieso. Und im wirklichen Leben – wenn man zum Beispiel bei wiederkehrenden körperlichen Beschwerden dem Erbgut die Schuld geben möchte und nicht dem eigenen Gesundheitsmanagement. Aber was davon stimmt?

Im Sport verfügen manche über beste Voraussetzungen für Leichtathletik, andere haben ein exzellentes Ballgefühl. So gibt es auch unterschiedliche Zahntypen: Manche Patienten haben von Kindheit an immer wieder Zahnprobleme wie Karies.

Andere wiederum knirschen nachts mit den Zähnen oder haben wiederkehrende Zahnfleischentzündungen.

Wie regelmäßiges Training im Sport und die Analyse der Schwachstellen gilt auch für die Zähne: Regelmäßige Prophylaxe-Termine bilden die notwendige Basis. Wenn dennoch immer wieder Probleme auftreten, wird ein individuelles Behandlungskonzept notwendig, das exakt auf die persönlichen Eigenheiten und Bedürfnisse eingeht.

In diesem Zusammenhang taucht in unserem Praxisalltag regelmäßig eine Frage auf: Gibt es so etwas wie „schlechtes Zahnmaterial“ wirklich? Oder ist alles eine Frage von guter Pflege und Prophylaxe?

Tatsächlich werden auch bei den Zähnen bestimmte Eigenschaften vererbt – doch genau so, wie sich so mancher Zeitgenosse durch regelmäßiges Training ansehnliche Muskeln antrainiert, so unterstützen z. B. fluoridhaltige Zahnpasten bei durchgängiger Anwendung die Festigkeit des Zahnschmelzes. Die Korrektur von Zahnfehlstellungen und das Schließen von Zahnlücken sorgen ebenfalls dafür, dass die Zähne gleichmäßig belastet werden und der Zahnschmelz erhalten bleibt.

Auch für die Neigung zu Zahnfleischentzündungen kennt die Forschung heute verschiedene Ursachen – die Gene spielen dabei ebenso eine Rolle wie Faktoren, die jeder Einzelne beeinflussen kann: Rauchen, Stress, Ernährung und Mundhygiene stehen ganz oben auf der Liste. Gezielte Untersuchungen schaffen schnell Klarheit. Wer schon als Kind Zahnprobleme hatte und heute als Erwachsener Zahnersatz benötigt, profitiert von unseren modernen

Therapiemöglichkeiten genauso wie ein junger Patient: In jedem Alter und bei jeder Vorgeschichte können wir durch gezielte Unterstützung dafür sorgen, dass Patienten gesunde Zähne haben und keine Probleme durch das „Ausstrahlen“ von Zahnproblemen in den Körper entstehen.

Für dieses Ziel kombinieren wir schonende Diagnose- und Behandlungsverfahren mit jahrzehntelanger Erfahrung in der Sport-Zahnmedizin. Ganz gleich, ob wir für die Zahn-Ästhetik sorgen, ein akutes Problem behandeln oder z. B. für festsitzenden Zahnersatz auf Zahn-Implantaten sorgen. Ebenso wichtig wie die Beratung ist die Nachsorge. Daher erstellen wir für unsere Patienten einen individuellen Plan.

Somit steht einem strahlenden Lächeln über den nächsten Sieg und einem ganzheitlichen Wohlbefinden nichts im Weg!



Dr. Jörn Thiemer führt mit seinem Kollegen Dr. Jan Heermann eine spezialisierte Zahnarztpraxis in Bochum. Das zertifizierte „Dental High Care“ und „Leading Implant“ Center behandelt nach internationalen Standards – auch in der Sport-Zahnmedizin.

Dem Fußball ist Dr. Thiemer vor allem durch seine Schiedsrichtertätigkeit in der 2. Bundesliga sowie zahlreiche Einsätze als Assistent bei internationalen Begegnungen verbunden.