

# ZAHNMEDIZIN AKTUELL

Mai 2008

## Sicher ist sicher: Zahncheck vor dem Urlaub!

Das Auto vor dem Urlaub in die Werkstatt – und die Zähne...?

Der rechtzeitige Besuch beim Zahnarzt kann in den schönsten Wochen des Jahres viel Stress ersparen. Denn im Urlaub wollen wir alle uns schließlich erholen und nicht mit einer dicken Backe herumsitzen und einem fremden Zahnarzt womöglich in einer fremden Sprache unsere Schmerzen schildern... Wir haben Ihnen deshalb rechtzeitig zum Beginn der Urlaubssaison eine Liste zusammengestellt, die verrät, worauf Ihr Zahnarzt bei einem Check vor Ihrem Urlaub besonderen Wert legt, und wie Sie Ihre Zähne im Urlaub am besten schützen können:

- Mindestens genau so wichtig wie das rechtzeitige Buchen des nächsten Urlaubs ist es, frühzeitig einen Termin beim Zahnarzt zu vereinbaren, um mögliche Defekte vollständig behandeln zu können, bevor die Reise losgeht.
- Karies, auch im Anfangsstadium, wird behandelt.
- Füllungen werden überprüft. Lockere oder schadhafte Füllungen werden ausgetauscht. Vor allem Taucher sollten auf defekte Füllungen achten. Während des Tauchens sind sie extremen Druckunterschieden ausgesetzt. Das kann dazu führen, dass sich schadhafte Füllungen lösen, manchmal regelrecht explodieren. Dadurch kann eine Schockreaktion ausgelöst werden – unter Wasser eine große Gefahr.
- Zahnstein wird entfernt, damit keine Zahnfleischentzündungen entstehen können.
- Der Sitz einer Prothese wird überprüft und gegebenenfalls korrigiert.
- Oft sind Röntgenaufnahmen sinnvoll, um auch versteckte Risiken zu orten.
- Am besten lassen Sie auch eine so genannte „professionelle Zahnreinigung“ durchführen. Sie wissen ja: Vorbeugen ist besser als Bohren!
- Durch landesübliche Ernährung und Gewürze, besonders in südlichen Ländern, können trotz der besten Vorsorge Reizungen der Mundschleimhaut und des Zahnfleisches auftreten. In diesem Fall können Mundspülungen helfen - fragen Sie Ihren Zahnarzt.
- Für eine Reinigung „zwischen durch“ ist Zahnseide zu empfehlen, notfalls tut es auch ein zuckerfreier „Zahnpflegekaugummi“.
- Die Europäische Krankenversicherungskarte EHIC (European Health Insurance Card) gehört bei Auslandsreisen in jedes Reisegepäck. Eventuell ist eine zusätzliche Reisekrankenversicherung sinnvoll.

Wir wünschen Ihnen einen schönen und erholsamen Urlaub!