



PRAXIS NEWS

Man kann nicht nicht kommunizieren

Paul Watzlawick, Soziologe und Kommunikationswissenschaftler, 1921-2009

Ich freue mich, Ihnen heute wieder eine Ausgabe unseres Newsletters überreichen zu können. Uns ist der Dialog mit Ihnen wichtig und wir bitten Sie ausdrücklich um Anregungen und Verbesserungsvorschläge. Ebenso freuen wir uns über Lob und wenn Sie uns weiter empfehlen. Übrigens, die meisten unserer Neupatienten kommen über Empfehlung von Ihnen, unseren Patienten. Dafür vielen Dank! Wir wünschen Ihnen interessante Lektüre und einen schönen Sommer! **Dr. H. Stieve und sein Team**



Guten Tag,
liebe Patienten,

Ich möchte mich kurz bei Ihnen vorstellen. Mein Name ist Klaas Köppe und ich wurde im Januar 1976 in Kiel geboren. Im Alter von zwei Jahren zog ich mit meinen Eltern, ihres Zeichens selbst Zahnärzte, und meiner Schwester für zwei Jahre nach Portsmouth in England, wovon aber leider keine weiter verwertbaren Englisch-Kenntnisse übrig blieben.

Mein weiteres Leben spielte und spielt sich jedoch wieder in und um Kiel ab, wo ich immer noch wohne; aufgewachsen bin ich in Felde am Westensee. Im Zuge der beruflichen Selbstfindung bin ich noch ein Mal flügge geworden, um in Hamburg Tontechnik zu studieren, habe dann aber doch den Weg zurück nach Kiel gefunden. Ich habe zunächst aus Verlegenheit, im weiteren Verlauf mit immer mehr Begeisterung, eine Ausbildung zum Zahntechniker absolviert, die mir später im Studium der Zahnheilkunde und auch jetzt noch wertvolle Dienste leistet.

Nach dem Examen im Jahr 2006 an der Kieler Universität arbeitete ich erst in einer Praxis in Bad Bramstedt als Assistenz Zahnarzt, bevor ich mich Anfang 2008 entschied, eine

Weiterbildung zum Oralchirurgen zu machen und mich in einer Praxis mit chirurgischem Schwerpunkt in Rendsburg zu bewerben. Außer einem reichhaltigen Erfahrungsschatz auf chirurgischem Gebiet konnte ich auch in anderen Gebieten der Zahnheilkunde meine Kenntnisse vertiefen, gerade auch im Bereich Prothetik/Zahnersatz.

Nach Beendigung der Weiterbildungszeit in der Praxis bewarb ich mich im Laserzentrum und Praxis für Zahnheilkunde von Dr. Stieve, wo ich seit dem 01.04.2010 tätig bin. Hier arbeite ich nun mit viel Engagement mit den modernen Techniken der computergestützten Kronenherstellung, der Laserzahnheilkunde und der hochqualitativen Wurzelbehandlung mit thermoplastischer Abfüllung. Außerdem bin ich aktiv im Bereich der kieferorthopädischen Befundung und Behandlung.

Abseits der Praxis verbringe ich meine Zeit überwiegend mit meiner Frau, die gerade erfolgreich ihr Examen in der Humanmedizin abgelegt hat, und meinem Sohn Jonah, der im September 2007 geboren wurde.

Ihr Klaas Köppe

Laserzentrum und Praxis für Zahnheilkunde

Lancasterstr. 42
24768 Rendsburg

Telefon: 04331- 5205
Telefax: 04331 - 5400

info@fragdenzahnarzt.de
www.fragdenzahnarzt.de

Sprechzeiten

Montag und Dienstag 08:00-18:00 Uhr
Mittwoch und Donnerstag 08:00-17:00 Uhr
Freitag 08:00-14:00 Uhr

Ihren persönlichen Behandlungstermin vereinbaren Sie telefonisch unter 04331-5205

Telefonische Anmeldung
Montag - Donnerstag 08:00-20:00 Uhr
Freitag 08:00-14:00 Uhr



Ausgabe 1/2010

Helfen Sie Ihren Zähnen, würdevoll zu altern

In den goldenen Jahren geht das Leben in einen gemächlicheren Rhythmus über. Man hat plötzlich wieder die Zeit für die wichtigen Dinge im Leben, für das Reisen, für die Verwandtschaft und, vor allem für sich selbst. Und obwohl man nun ruhigen Gewissens den Wecker ignorieren kann, sollte man nicht die häusliche Mund- und Zahnpflege und die regelmäßigen zahnärztlichen Routinekontrollen ignorieren.

Menschen im fortgeschrittenen Alter haben ein höheres Risiko, Erkrankungen wie Karies, Parodontitis/Zahnfleischerkrankungen und Mundkrebs zu entwickeln, als in ihren jüngeren Jahren.

Karies entwickelt sich oft unbemerkt, da die Nerven in den Zähnen mit zunehmendem Alter weniger sensibel werden, so dass oft schon ein beträchtlicher Zerstörungsgrad erreicht ist, bevor es bemerkt wird. Viele Menschen suchen ihren Zahnarzt leider erst auf, wenn sie etwas merken, dann kann es aber unter Umständen für den betroffenen Zahn schon zu spät sein. Weiterhin können diverse Ursachen Zahnfleischschwund bewirken, woraufhin die Zahnhöhle und die Wurzeloberflächen freigelegt werden und Karies bekommen können. Es wird Sie vielleicht überraschen, dass das Alter selbst keine dieser Ursachen ist.

Drei große Risikofaktoren für Zahn- und Mundprobleme sind:

1. **Medikamente**
2. **schlechte Angewohnheiten**
3. **unzureichende Zahn- bzw. Mundpflege**

Medikamente deshalb, weil sie unter Umständen die Speichelproduktion senken, wodurch die Zähne weniger vor kariesauslösenden Bakterien durch den Speichel geschützt sind. Weiterhin können ältere Füllungen schrumpfen oder gar brechen, was den Bakterien erlaubt, in die entstandenen Spalten einzudringen und Karies zu verursachen.

Schlechte Angewohnheiten – darunter verstehen wir vor allem das Rauchen, aber auch übermäßigen Alkoholgenuß. Es hat sich gezeigt, dass die Gefahr an Mundkrebs zu erkranken bei Rauchern sprunghaft ansteigt, insbesondere wenn sie regelmäßig Alkohol trinken.

Ein weiterer Punkt, der das Krebsrisiko anhebt ist eine **unzureichende Zahn- bzw. Mundpflege**. Aber auch den Erkrankungen Karies und Parodontitis, auch als Parodontose bekannt, wird Vorschub geleistet. Da es im Alter oft auch durch verschiedenste Handicaps zunehmend schwieriger wird, eine ausreichende Zahnpflege zu gewährleisten, gewinnt die professionelle Zahnreinigung aus fachkundiger Hand als vorbeugende Maßnahme immer mehr an Bedeutung. Hier können wir Ihnen gerne auch Techniken und Methoden der Zahnreinigung zeigen, die Ihnen die häusliche Zahn- und Mundpflege erleichtern.

Ein regelmäßiger Besuch, in an die individuelle Situation angepassten Intervallen, kann Ihnen Ihre Zähne bis ins hohe Alter gesund erhalten. Machen Sie doch einen Termin mit uns aus, bei dem wir eine gründliche Untersuchung durchführen und Sie ausführlich und individuell beraten können.

Weitere Themen

Jedes Kind einen Zahn?

Den Schmerz im Nacken

Die Fallen der "Do-It-Yourself"-Zahnaufhellung

Klaas Köppe stellt sich vor

Jedes Kind einen Zahn?

Fast jeder, der sich schon mit dem Thema Kinder kriegen beschäftigt hat, hat auch schon einmal das Vorurteil zu hören bekommen, dass jedes Kind einen Zahn (der Mutter) kostet. Dieses Vorurteil hat tatsächlich einen realen Hintergrund: während der Schwangerschaft ändert sich der Hormonhaushalt der Schwangeren grundlegend, was z.T. auch zu Einbußen in der Immunabwehr gerade im Bereich des Mundes und der Zähne führt.

Die Mundschleimhaut ist deutlich empfindlicher gegenüber entzündlichen Reizen, häufig beobachtet man bei Schwangeren geschwollenes und entzündetes Zahnfleisch. Zudem schreiten diese entzündlichen Prozesse schneller fort, was im Extremfall tatsächlich zu einem Zahnverlust führen kann.

Weiterhin sind den Zahnärzten während der Schwangerschaft viele Eingriffe nur sehr schwer bis gar nicht möglich, da z.B. nicht geröntgt werden darf. Aber auch die Gabe bestimmter Medikamente, wie z.B. Schmerz- oder Betäubungsmittel, ist in der Schwangerschaft nur nach sorgfältiger Abwägung möglich. Der günstigste Behandlungszeitpunkt für Zahnbehandlungen ist das mittlere Schwangerschaftsdrittel, da hier die Risiken für Mutter und Kind am geringsten sind. Der Organismus des Fötus ist bereits ausgebildet, die störanfällige Organbildung somit komplett abgeschlossen und die körperliche Beeinträchtigung der Schwangeren ist noch nicht so stark, dass eine Behandlung im Stuhl auf dem Rücken liegend unzumutbar wäre. Nichtsdestotrotz sollten während der Schwangerschaft nur dringend notwendige Zahnbehandlungen mit kurzen Terminen stattfinden.

Bei Schmerzen ist natürlich jederzeit unabhängig vom Schwangerschaftsabschnitt eine Behandlung durchzuführen.

Jede Schwangere sollte grundsätzlich eine regelmäßige Kontrolle und, vor allem, eine regelmäßige professionelle Zahnreinigung idealerweise 2-3 Mal während der Schwangerschaft in Anspruch nehmen. Bei diesen Terminen können wir Sie auch gerne über eine angepasste häusliche Zahnpflege und weitere, der Zahngesundheit zuträgliche Maßnahmen beraten.

Aber auch für nicht-schwangere Frauen im gebärfähigen Alter ist eine regelmäßige Kontrolle und optimale Pflege der Zähne sehr wichtig, damit bei einer geplanten sowie ungeplanten Schwangerschaft nicht plötzlich Probleme entstehen oder schon bestehende Probleme eskalieren, denn

„GESUND BEGINNT IM MUND“.

Machen Sie doch einen Termin mit uns aus, bei dem wir auf Ihre individuellen Bedürfnisse eingehen und Sie entsprechend beraten können.

Wir stehen Ihnen für Fragen jederzeit gerne zur Verfügung



Den Schmerz im Nacken

Kennen Sie das auch? Ständig geplagt von wiederkehrenden Kopfschmerzen, Nacken- und Schulterverspannungen? Fühlen Sie sich morgens nach dem Aufwachen oft wie „gerädert“?

ZÄHNE – KIEFER(GELENKE) – MUSKULATUR

Das könnten Anzeichen für eine sogenannte CMD, eine Cranio-Mandibuläre Dysfunktion sein. Darunter versteht man im weiteren Sinne eine Fehlfunktion oder Fehlbelastung im Spannungskreis die auch Auswirkungen in entfernteren Körperbereichen haben kann.

Zu den Symptomen, die oft von Therapeuten und den Betroffenen selbst nicht in Zusammenhang mit den Zähnen und den Kiefergelenken gebracht werden, gehören:

- Knacken im Kiefergelenk mit oder ohne Schmerzen
- Knirschen oder Kieferpressen („Zähne zusammenbeißen“ in Stresssituationen)
- wiederkehrende Kopfschmerzen
- Gesichtsschmerzen
- Nacken- und Schulterverspannungen bzw. -schmerzen
- stark abgenutzte Zähne, auch Prothesenzähne
- Zähne mit Schmelzausprägungen, gerade im Zahnhalsbereich

- eine unangenehme Zwangsbisslage, gerade auch nach neuen Füllungen, Kronen, Brücken oder anderem Zahnersatz
- Ohrensausen / Tinnitus
- Schwindel
- und weitere

Es wird angenommen, dass ca. 20% der Bevölkerung eines oder mehrere der genannten Symptome aufweisen, etwa 10% davon sind behandlungsbedürftig. Die Betroffenen haben oft einen langen Leidensweg hinter sich und sind im Laufe der Zeit auf viel Unverständnis gestoßen.

Wenn Sie sich in einem oder mehreren der genannten Punkte wiedererkennen, machen Sie doch einen Termin mit uns aus, bei dem wir Ihnen gern und unverbindlich die näheren Zusammenhänge erläutern und einen schnellen Check bei Ihnen durchführen.



Die Fallen der „Do-It-Yourself“-Zahnaufhellung

Do-It-Yourself ist zu einer großen industriellen Nische geworden. Es werden zu jedem Thema und allen Fachrichtungen Do-It-Yourself-Ratgeber geschrieben und verkauft, diverse Do-It-Yourself-Produkte sind auf dem Markt. Man denke nur an ein großes schwedisches Möbelhaus, das seine Produkte quasi auch als „Do-It-Yourself“, zum selber aufbauen, verkauft.

In vielen Bereichen ist das „selber Handanlegen“ auch gut und vertretbar und mit etwas handwerklichem Geschick relativ schnell erledigt. Nur: schnell ist auch eine Abweichung von der im Buch beschriebenen und selbst zu beherrschenden Situation vorhanden und dann ist guter Rat, im wahrsten Sinne des Wortes, oft teuer. Teilweise ist durch die eigene Aktion ein erheblich größerer Schaden als am Anfang gesetzt.

Das lässt sich bedingt auch auf die Zahnaufhellung übertragen: die Zähne, die gebleicht werden sollen, können unentdeckte Risse und/oder undichte Füllungen haben, wodurch dann Schäden an den selbst gebleichten Zähnen

auftreten können. Es können künstliche Zahnkronen neben natürlichen Zähnen vorhanden sein, wobei sich nur die natürlichen Zähne bleichen lassen, die Kronen nicht. Es entstehen dann also Farbunterschiede die unharmonisch und unästhetisch wirken.

Zu guter Letzt sind die am Markt erhältlichen Produkte oft im besten Fall wirkungslos, im schlimmsten schädigen sie Zahn und/oder Zahnfleisch, so dass aufwändige und teilweise teure Nachbehandlungen die Folge sind. Vor einer Zahnaufhellung, die einen Eingriff in den menschlichen Körper darstellt und von daher sowieso in fachkundige Hände gehört, sollte auf jeden Fall das geschulte Auge des Zahnarztes einen Check-Up machen. Die Zahnaufhellung wird dann durch speziell ausgebildetes Fachpersonal durchgeführt und zum gewünschten Ergebnis gebracht.

Machen Sie doch einen Termin mit uns aus, bei dem wir Sie kompetent über die Möglichkeiten beraten können.