

ÄRZTEZENTRUM FÜR UROLOGIE UND ANDROLOGIE
DR. P. TORRECILLAS

Mitglied der American Urological Association - Mitglied des American Institute of Ultrasound in Medicine
Prostatakrankheiten, Krebsvorsorge, Harninkontinenz, Impotenz, Unfruchtbarkeit

GRÜNLICHT-LASER BEI PROSTATA INTERVENTION
Keine oder nur minimale Blutungen, kein Krankenhausaufenthalt nötig

KRYOTHERAPIE GEGEN PROSTATA-KREBS

Sprechstunden: 10.30 bis 13.30 Uhr und 16 bis 20 Uhr.
Alameda de Colón 6 (Eingang Pasaje Linaje 4) in Málaga Stadt
Tel.: 952 21 69 90 - 952 22 17 00

Costa Del Sol Dental Clinic

Zertifizierte Implantologen
Zahnmedizin auf dem neuesten Stand der Wissenschaft & Technik
Ihre deutschen Zahnärzte

Calle Real 101, 3rd Floor, ESTEPONA
952 806 209 Info@cdsdentalclinic.co.uk - www.cdsdentalclinic.co.uk

ZAHNARZTPRAXIS
Dr. Eduardo Castillo López

* Chirurgie * Implantate * Kieferorthopädie
* Zahnersatz * Zahnfleischbehandlung
* Wurzelbehandlung * Zahnkosmetik
* Aufhellung * Zahnerhaltsbehandlung

C/ Horacio Lengo, 21
29006 Málaga
Tel. 952 322 562
616 34 37 44 (deutsch)

Sie

suchen

einen **Arzt?**
Dann sind sie **hier richtig**
SUR
deutsche

Fundación THEODORA
THEODORA STIFTUNG
Clowne für unsere kranken Kinder

Die Theodora Stiftung möchte Kindern im Krankenhaus den Aufenthalt erleichtern, indem sie "Lachen" durch wöchentliche Besuche von professionellen Clowne, die "lachenden Doktoren".

Werden Sie Mitglied
902 02 33 22
Konto-Nr. BBVA 0182-1286-39-0011505423 www.theodora.org

AUS DER ZAHNARZTPRAXIS

Knirscht es da im Nachbarbett?

Fast jeder knirscht oder presst die Zähne zusammen – in der Regel nachts im Schlaf. Viele Menschen wissen nicht, dass sie knirschen, oft merkt es zuerst der Partner. Manchmal wird es leider gar nicht bemerkt. In diesem Fall kann es nur ein hierfür ausgebildeter Zahnarzt an den Zähnen erkennen.

Nun kommt es darauf an, ob dieser Vorgang im Gebiss zu Zerstörungen führt oder nicht. Zähneknirschen ist eine Reaktion auf psychischen oder körperlichen Stress und gehört wie zum Beispiel bestimmte Hauterkrankungen oder Magengeschwüre zu den so genannten stressassoziierten Krankheiten. Die Stressbewältigung durch Knirschen oder Pressen ist solange normal, wie keine dauerhaften Schäden auftreten.

MÖGLICHE SCHÄDEN

Am Anfang bemerkt man einen Muskelkater oder Verspannungen in den Kau- oder Schläfenmuskeln. Das kommt durch die Überlastung dieser Muskulatur. Es kann auch eine Kälteempfindlichkeit an einzelnen, meist gegenüberliegenden Zähnen entstehen – auch hier spielen zu große Kaukräfte eine Rolle. 'Knirscher' beißen bis zu sechs Mal stärker zu als normal.

Als nächstes nutzen sich meist die Eckzähne ab. Diese Zähne fangen beim Mahlen im optimal funktionierenden Gebiss die großen Kaukräfte auf und schützen so die Seitenzähne. Dann sind die Schneidezähne dran, sie werden zum Teil so dünn, dass die Schneidekanten durchsichtig werden oder sogar abbrechen können.

Häufig kommt es auch zu Abtrennungen von natürlicher Zahnsubstanz an den Zahnhälsen. Dieses wird durch zu starken Druck beim Zähneputzen noch verstärkt und führt dann oft zu Kälteschmerz. Hier helfen fest mit dem Zahn verklebte zahnfarbene Füllungen.

Zur Muskelentspannung und um die Zähne vor Überlastung und Abnutzung zu schützen, bekom-



men Sie als 'Knirscher' vom Zahnarzt eine Entspannungsschiene. Diese ist durchsichtig und wird normalerweise nur über Nacht getragen. Zusätzlich helfen Physiotherapie und spezielle isometrische Übungen.

Wenn man früh genug mit der Schienenbehandlung anfängt, kann das Knirschen ganz verschwinden. Bei späterem Behandlungsbeginn dient die Schiene als Schutz und muss dauerhaft getragen werden. Bei extremen Verspannungen oder gar Kieferklemmen wendet man auch muskelentspannende Medikamente in Kombination mit der Schiene an.

Um Zerstörungen an den Backenzähnen zu verhindern, werden die weggeknirschten Eckzahnspitzen wieder aufgebaut. Damit das dauerhaft funktioniert, kommen abriebfeste und ästhetische Keramikschalen, so genannte Veneers, zum Einsatz, die stabil mit dem Zahn verbunden werden.

WIE FUNKTIONIERT EINE 'KNIRSCHERSCHIENE'?

Die durchsichtige, recht angenehm zu tragende Entspannungsschiene erhöht den Abstand zwischen Ober- und Unterkiefer. Dadurch wird die Grundspannung in der Kaumuskulatur vermindert, die Muskelaktivität verringert sich. Das ist so ähnlich, als ob Sie sich

einen Kirschkern zwischen die Zähne legen. Dann beißt man auch automatisch nicht voll zu. Viele Menschen wachen morgens nun deutlich erholt auf.

Durch die Schiene wird der Kau- druck zudem gleichmäßig verteilt, einzelne Zähne werden also nicht mehr überlastet – dafür muss der Zahnarzt durch genaues Anpassen sorgen.

Nach etwa zwei Wochen Tragezeit wird die Schiene kontrolliert. Dann hat der Entspannungseffekt in den Kaumuskeln bereits eingesetzt und die Lage zwischen Ober- und Unterkiefer ändert sich. Die Schiene muss überprüft und nochmals korrigierend angepasst werden. In einigen Fällen ist eine genauere Diagnose nötig. Mit der 'klinischen Funktionsanalyse' werden dann die Bewegungsabläufe im Gebiss genau untersucht und vermessen, um festzustellen, wodurch eigentlich das Knirschen ausgelöst wird.

Sie sehen also, auch beim Zähneknirschen bietet die moderne Zahnmedizin Lösungen – die Zähne bleiben dauerhaft geschützt und gesund.

CLÍNICA DENTAL INNOVADENT

Zahnarzt Christian Irrgang
Plaza de la Ermita 9, Nerja
Tel: 952 52 40 03
Internet: www.innovadent.info

Treffen Sie die richtige Entscheidung wenn es drauf ankommt:
HOSPITAL QUIRÓN MÁLAGA

NOTAUFNAHME: Erwachsenen- und Kinder-Bereitschaftsdienst, 24 Stunden in allen Fachbereichen
(Anwesenheitsdienst in Allgemeinmedizin, Gynäkologie und Kinder- und Jugendmedizin)

In Málaga Stadt, 25 Min. entfernt von Rincón de la Victoria und 10 Min. von Marbella.

HOSPITAL QUIRÓN
Málaga

Avda. Imperio Argentina, 1, Urbanización Parque Litoral, 28004 Málaga Call Center: 902 44 88 55 www.quiron.es