



KAUFEN SIE EINE NEUE BRILLE
[BEIM KAUF VON HOCHWERTIGEN GLÄSERN]
SCHENKEN WIR IHNEN EIN PAAR SONNENSCHUTZGLÄSER

www.heiko-by-heiko.com

HEIKO BY HEIKO
Calle Jacinto Benavente
s/n. Edif. Perla 6, bajo
29640 Fuengirola
Tel: 952 19 75 65

NEU: Parodontalbehandlung mit Laser



Dr. Gerhard Steinruck Praxis mit Labor
Implantate, Vollkeramik, Hitec Bleaching, Prof.
Zahnreinigung inkl. Airflow 50 Euro, Dt. Kassen-
oder Privatrechnung, ADAC, Prothesenreparatur sofort
Nueva Andalucía / Marbella (nahe Casino)
Tel: 952 90 71 73 • **Notdienst: 677 355 301**
www.marbelladentalart.com

Hals- Nasen- Ohrenärzte
vom ADAC empfohlen

Centro Inter Médico
Dr. med. Joachim Uffenorde und Kollegen
San Pedro Alcántara/Marbella • Aud. Luis Braille-4

Telefon: 952 799 816
Mobil: 609 689 216



**CLÍNICA DENTAL
DR. CHRISTOPH BOLZ**

Allgemeine Zahnklinik • Ästhetischer Zahnersatz in Vollkeramik • Implantate
Professionelle Zahnreinigung • Airflow Power Bleaching
Urb. Marbella Real, Local 7 - Bld. Príncipe Alfonso de Hohenlohe - 29600 Marbella
Tel.: 952 901 564 • Notdienst: 630 855 117 • www.dr-bolz.com



Dr. N. Jack Hakman
ARZT FÜR INNERE UND ALLGEMEINMEDIZIN
SEIT 1984 - LUFTHANSAVERTRAGSARZT - ADAC EINGETRAGEN

Ultraschall - Belastungs-24 St. EKG - Echokardiografie - Labor - Allergietest
24 St. Blutdruckmessung - Lungenfunktionsprüfung - Farbdoppler
(Hirn- und Beinegefäße) - Schlaflabor - Magen- und Darmspiegelungen

Termine nach Vereinbarung - C/Fuengirola - Edif. Butibamba 3 - 29649 La Cala de Mijas
Tel.: 952 493 035 - Fax 952 493 294 - e-mail: dr.hakman@web.de



Seelisches Gleichgewicht
wieder herstellen • Lösungen finden
und Krisen bewältigen
• Lebensqualität steigern

**Psychologische Hilfe und Betreuung
Professionell • Individuell
- Von Estepona bis Almuñécar -**

Dipl. Psych. Jeannine Badendick

Telefon: 661 006 695
Internet: www.badendick.de
e-mail: beratung@badendick.de

AUS DER ZAHNARZTPRAXIS

Was genau ist eine Professionelle Zahnreinigung?

Zahnreinigung ist nicht gleich Zahnreinigung. Aus Deutschland kennen die meisten das sogenannte Zahnsteinentfernen als Kassenleistung. Hierbei werden mit einem Ultraschallgerät die harten Zahnbeläge entfernt. Im besten Fall poliert dann jemand noch mit einer Paste die Zähne über. Das ganze dauert dann so ungefähr zehn Minuten. Es darf nach der Kalkulation der Krankenkasse auch nicht länger dauern. So etwas Ähnliches gibt es hier in Spanien auch, es läuft dann unter der Bezeichnung 'Limpieza'.

Der Zahnstein ist dann weg, aber die weichen bakteriellen Zahnbeläge werden nicht vollständig entfernt. Auch Verfärbungen bleiben zurück. Die Zähne sind am Ende ziemlich rau. Dadurch setzen sich relativ schnell wieder Zahnstein und neue Beläge fest.

Es geht auch anders. Das nennt sich dann 'Professionelle Zahnreinigung'. Das Ziel hierbei ist, die Bakterien, die Karies und Zahnfleischentzündungen verursachen, soweit wie möglich zu reduzieren. Dabei wird die Menge der in den weichen Zahnbelägen enthaltenen Bakterien soweit vermindert, dass die körpereigene Abwehr den verbleibenden minimalen Rest in Schach halten kann. Diese wenigen Bakterien können keinen Schaden mehr anrichten. Für die Zukunft werden damit Löcher und Zahnfleischentzündungen verhindert. Dieses Konzept wurde in den sechziger Jahren in Schweden entwickelt und seine Wirksamkeit bewiesen. Im Laufe der Zeit wurden natürlich die Abläufe, die Instrumente und die Technik weiterentwickelt, der Grundgedanke ist aber geblieben.

Wie läuft nun die professionelle Zahnreinigung heutzutage ab? In der Regel ist sie Teil einer Prophy-



laxesitzung. Bei der Prophylaxe wird zunächst der Entzündungszustand des Zahnfleisches und damit der Behandlungsbedarf ermittelt. Über einen Kurzbefund lässt sich feststellen, ob zusätzlich eine Parodontitis (Knochenabbau) vorliegt.

DIE BEHANDLUNGSSCHRITTE

Dann kommt die eigentliche Professionelle Zahnreinigung. Mit Handinstrumenten, so genannten Scalern, werden zunächst alle erreichbaren harten und weichen bakteriellen Zahnbeläge akribisch entfernt. Das muss sehr genau erfolgen, da verbliebene Bakterien sich wieder vermehren würden. Eine Reinigung mit Handinstrumenten ergibt auch eine glattere Oberfläche als das Ultraschallgerät. Das Ultraschallgerät schwingt nämlich hin und her und 'schlägt' den Zahnstein und als Nebeneffekt auch kleine Teile des Zahnschmelzes weg. Mit einem Scaler werden die Beläge mit einer ziehenden Bewegung abgeschabt. Das Handinstrument ist weicher als der Zahnschmelz und daher schonend.

Die nächste Stufe ist die Reinigung mit dem Airflow, das ist ein Gerät, das ein Gemisch aus einem Salz, das wie der Zahn Calcium enthält, und Wasser auf den Zahn bläst. Dabei werden weiche bakterielle Beläge und Verfärbungen, die auf den Zähnen aufliegen, sanft entfernt. Die Professionelle Zahnreinigung hat also nicht nur einen medizinischen Effekt, sie lässt die Zähne auch schöner aussehen.

Danach kommt noch eine Politur mit einer fluoridhaltigen Polierpaste und dann Zahnseide, um wirklich auch die letzten bakteriellen Beläge zu entfernen. Das Fluorid ist wichtig, um die durch die mechanische Reinigung vorhandenen schützende Fluoridschicht auf den Zähnen wiederherzustellen.

Im letzten Schritt kommt dann noch ein antibakterielles Gel in die Zahnfleischtaschen. Die Professionelle Zahnreinigung ist damit abgeschlossen.

Im Rahmen der Prophylaxe wird nun abschließend geschaut, wie (wenn notwendig) die tägliche Zahnpflege zu Hause optimiert werden kann.

Wenn eine Parodontitis vorliegt, müssen noch zusätzliche Befund- und Therapieschritte erfolgen. Der Knochenabbau muss für jeden Zahn bestimmt werden, die Zahnfleischtaschen werden im Rahmen der Parodontitistherapie mit speziellen Instrumenten gereinigt.

Wie oft sollte eine Professionelle Zahnreinigung erfolgen? Aus wissenschaftlicher Sicht ist ein Abstand von drei Monaten optimal. Da man zu Hause nie alle bakteriellen Beläge entfernen kann, ist das die Zeit, in der genügend schädliche Bakterien entstehen, um Schaden anrichten zu können. In der Regel erfolgt die Reinigung beim Zahnarzt alle sechs Monate. Das ist meist ein guter Kompromiss zwischen Kosten und Ergebnis.

Mit regelmäßiger Professioneller Zahnreinigung erhalten Sie sich die Gesundheit Ihrer Zähne und Ihres Zahnfleisches – und ein schönes Lächeln.

CLÍNICA DENTAL INNOVADENT

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

Dr. med. Horst Valerius
Arzt- Psychotherapie

Behandlung von Angst, Unsicherheit, Depression, Phobie, Zwang, Krisen, Stress, Abhängigkeit, Schlafstörung. Mit oder ohne Unterstützung von Medikamenten. Col. Nr. 29/08539

Finden Sie Ihre Lebensfreude wieder!

Torremolinos/Málaga/Torrox-Costa
Auf Wunsch auch Hausbesuche

Telefon & Fax **952.378.407**
hwwalorius@yahoo.es



REVIDERM
skintelligence

cellucur

REVIDERM-METHODE®
Wie Ihre Haut morgen aussieht, entscheiden Sie heute!

Beautyworld
Ihr Spezialist für natürliche Faltenreduzierung

www.Beautyworld-Spain.com www.Beautyworld-Shop.com

Tel: (+34) 660 423 866
Marbella - San Pedro de Alcántara - Benahavés