

# NWZ-Ärztesspezial: Der Arzt in Ihrer Nähe

Hier finden Sie Ärzte bzw. Arztpraxen sortiert nach fachlichen Schwerpunkten. Weitere Schwerpunkte können jederzeit ergänzt werden



Autor des Beitrages:  
**Andreas H. Raßloff**  
Zahnarzt



**Ist alles verkehrt was Sie bis heute an häuslicher Mundhygiene unternommen haben? Die Soloprophyaxe, die derzeit vielfach als neue und sensationelle Form der häuslichen Zahnpflege beworben wird, sorgt unter den Patienten, die jahrelang in der Zahnarztpraxis prophylaktisch betreut werden, für Verunsicherung.**

Dabei ist die Soloprophyaxe, die von **Dr. J. Sedelmayer** erfunden wurde, keineswegs brandneu, es gibt sie schon seit mehreren Jahren.

Für die korrekte Durchführung dieser Form des Zähneputzens muss der Patient laut Dr. Sedelmayer ca. 20 Minuten pro Tag für die Reinigung seiner Zähne einplanen. Jeder Zahn wird dabei mit einer Solozahnbürste – einer so genannten Einsbüschelbürste – einzeln gereinigt, und die Zahnzwischenräume werden mit entsprechenden Interdentalraumbürsten von Plaque befreit.

Richtig durchsetzen konnte sich in unserer schnelllebigen

Zeit diese zeitaufwendige Form der häuslichen Mundhygiene jedoch nie.

**Unbestritten ist allerdings: Eine gute häusliche Mundhygiene ist wichtig, um das Risiko einzuschränken, an Karies und Parodontitis zu erkranken.**

Welche Hilfsmittel der Patient dafür benötigt, erfährt er über eine individuelle Beratung in der Zahnarztpraxis. Eine gute Beratung zeichnet sich u.a. dadurch aus, dass dem Patienten eine effiziente und für ihn gut umsetzbare Putztechnik vermittelt wird. Eine zeitgemäße Unterweisung wird abgestimmt auf seine individuelle Situation, die z.B. eine vorhandene Parodontitis berücksichtigt. Motorik und der Faktor Zeit spielen hierbei eine große Rolle, insbesondere aber auch die Fähigkeiten und Lebensumstände der Patienten.

**Die sinnvollste Unterstützung zur Vermeidung der Krankheiten Karies und Parodontitis ist die regelmäßige professionelle Zahnreinigung, die in der Zahnarztpraxis durchgeführt wird.**

Hier liegen aussagekräftige Langzeitstudien vor, die belegen, dass gut motivierte Patienten, deren Mundhygiene



Autorin des Beitrages:  
**Heike Bleck-Keller**  
Prophyloxespezialistin  
„prophykonzept“

@ Mehr Infos unter [www.die-oldenburger-zahnärzte.de](http://www.die-oldenburger-zahnärzte.de)

durch eine eingehende Beratung über zahnärztliches Fachpersonal optimiert wurde, nicht mehr an Karies bzw. Parodontitis erkranken bzw. das Risiko extrem gesenkt werden kann.

Sicher kann vom heutigen medizinischen Kenntnisstand her gesagt werden, dass es keineswegs eine einzige Putztechnik gibt, die jedem als die „richtige“ empfohlen werden kann. Vielmehr hat sich die professionelle Zahnreinigung erwiesenermaßen bewährt, und die individuelle Betreuung sollte in der Mundhygieneberatung an vorderster Stelle stehen.

## Unabhängiges Portal zu Gesundheitsfonds

Gesundheitsfonds und Einheitsbeitrag haben unser Gesundheitssystem umfassend verändert. Betroffen sind rund 70 Millionen gesetzlich Versicherte und über vier Millionen Beschäftigte im Gesundheitswesen. Ihnen bietet das Internetportal [www.der-gesundheitsfonds.de](http://www.der-gesundheitsfonds.de) die Möglichkeit, sich unabhängig über die wesentlichen Reforminhalte zu informieren. Das Internetportal stellt auch die Auswirkungen für den einzelnen Versicherten dar.

Das Verbraucherportal wird von der Internet-Redaktion von „krankenkassen.de“ betreut und ist unabhängig von Krankenkassen, Verbänden und anderen Akteuren des Gesundheitswesens. Die Informationen werden täglich aktualisiert und laufend erweitert. Besonders Interesse gilt der Positionierung der einzelnen Krankenkassen im neuen System – auf der Leistungsseite wie bei Zusatzbeiträgen oder Prämien.

@ Mehr Infos unter [www.der-gesundheitsfonds.de](http://www.der-gesundheitsfonds.de)

## Die richtige Mundhygiene beugt Karies und Parodontitis vor

