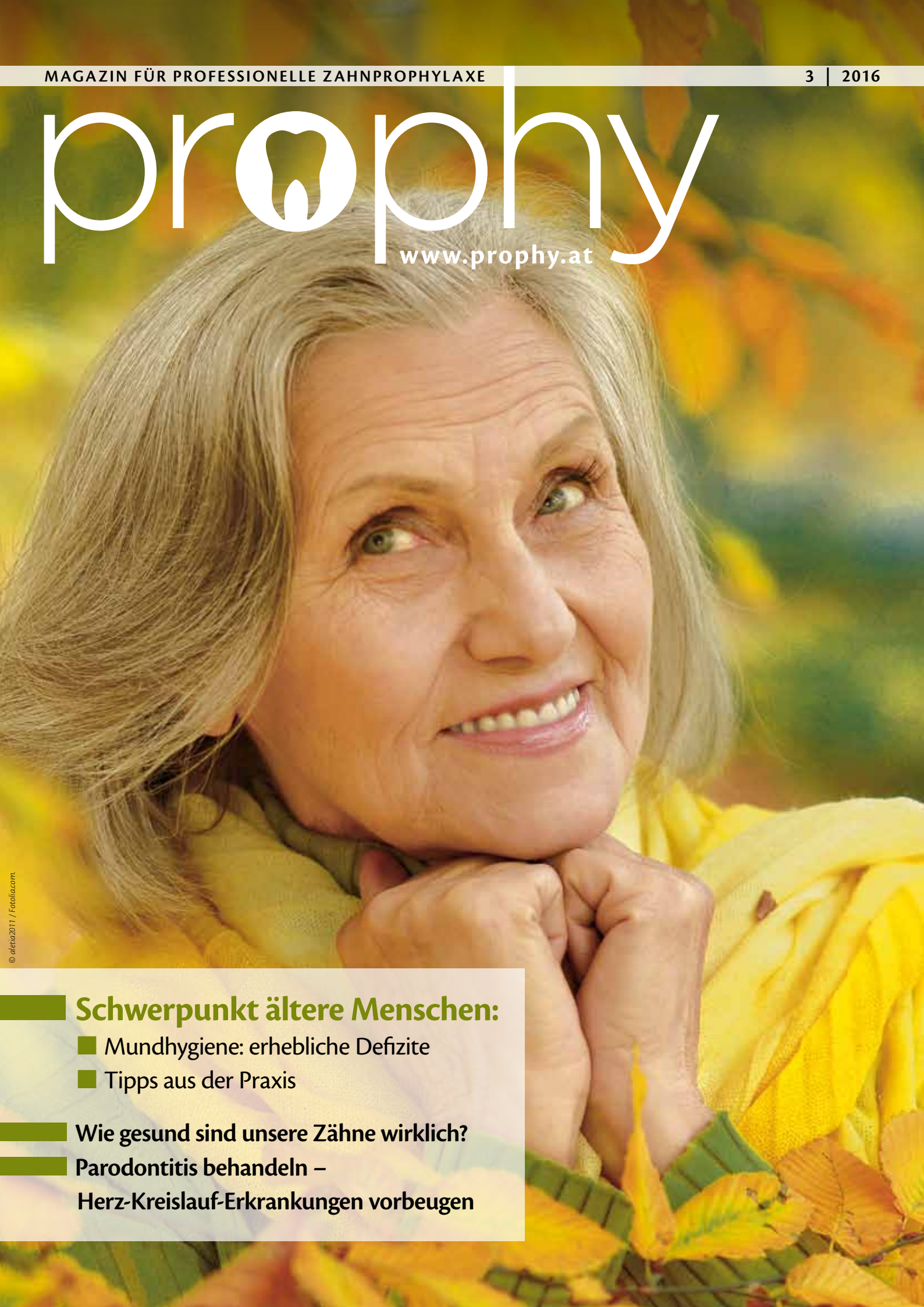
MAGAZIN FÜR PROFESSIONELLE ZAHNPROPHYLAXE 3 | 2016

prophy

www.prophy.at



© aletia2011 / Fotolia.com.

Schwerpunkt ältere Menschen:

- Mundhygiene: erhebliche Defizite
- Tipps aus der Praxis

Wie gesund sind unsere Zähne wirklich?

Parodontitis behandeln – Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorbeugen

Auch Zahnfleisch braucht Hilfe, wenn es blutet.

Bekämpfen Sie die Ursache von Zahnfleischentzündungen*.

Zahnfleischbluten ist ein Symptom von Zahnfleischentzündungen, die durch Bakterien verursacht werden. meridol® bekämpft die bakterielle Ursache von Zahnfleischentzündungen - mit einem sofortigen und lang anhaltenden Effekt.

*Bekämpft Bakterien bevor Zahnfleischentzündungen entstehen.

meridol®

www.meridol.at

Liebe PAss!

Die Lebenserwartung steigt, und damit die Anzahl von pflegebedürftigen Menschen. Das Personal für ihre Betreuung ist oft knapp – für die Hilfestellung bei der Mundhygiene bleibt meist zu wenig Zeit. Eine Studie der Medizin-Universität Innsbruck macht deutlich, dass in diesem Bereich dringender Handlungsbedarf besteht. Lesen Sie mehr im Schwerpunktthema ab Seite 6. In der Rubrik „Aus der Praxis" informiert Petra Bischof-Oswald, die im Rahmen der PAss-Weiterbildung Burgenland spezielle Mundhygiene-Schulungen für Pflegepersonal anbietet, über die richtige Mundhygiene für Pflegebedürftige (Seite 8).

Wie gesund sind unsere Zähne wirklich? In Österreich gibt es punktuelle Erhebungen dazu, für Deutschland gibt die Deutsche Mundgesundheitsstudie umfassend Aufschluss über den aktuellen Status der Mundgesundheit. Sie wurde heuer im Sommer bereits in der fünften Auflage präsentiert – über die Ergebnisse informieren wir ab Seite 10.

Wer seine Parodontitis nicht adäquat behandeln lässt, gefährdet seine Gesundheit. Die Anzeichen mehren sich, dass sogar Schlaganfall und Herzinfarkt mit dieser chronischen Erkrankung des Zahnhalteapparats in Zusammenhang stehen. Dieses Argument sollte mehr in den Fokus der Prophylaxe rücken – lesen Sie mehr darüber in unserer Serie (Seite 12).

Im Rahmen unseres PAss-Ausbildungsschwerpunkts stellen wir diesmal das ZAFI Wien vor (Seite 16).

Wir wünschen Ihnen eine stressfreie Vorweihnachtszeit und eine anregende Lektüre!

Ihr prophy Redaktionsteam
info@prophy.at

04 Aktuelles

06 Schwerpunkt
Mundgesundheit für ältere Menschen

08 Aus der Praxis
„Wenn bei der Mundhygiene Hilfe notwendig wird, ist das auch in psychosozialer Hinsicht oft nicht einfach"

10 Thema
Wie gesund sind unsere Zähne wirklich?

12 Serie Wechselwirkungen
Parodontitis behandeln – Herz-Kreislauferkrankungen vorbeugen

16 Weiterbildung
PAss-Ausbildung am zahnärztlichen Fortbildungsinstitut Wien (ZAFI)

18 Wellness-Tipp
Loslassen, ausspannen, vewöhnen lassen – im Hotell Sammer in Neufelden

19 Mitmachen & gewinnen!

Impressum: *Medieninhaber und Herausgeber: Die Kommunikationsberater, An der Sonnleithen 16, 4020 Linz. Redaktion: Mag. Susanne Sametinger, Gerlinde Wiesner, MSc. Redaktionsanschrift: Die Kommunikationsberater, An der Sonnleithen 16, 4020 Linz. Mail: office@diekommunikationsberater.at. Tel.: +43 660 64 33 953. Gestaltung: Die Werbezone, Bäckerweg 3, 4175 Herzogsdorf. Druck: Mittermüller GmbH. Bei allen personenbezogenen Bezeichnungen gilt die gewählte Form für beide Geschlechter.*

Fortbildungsvorträge: Zahnmedizinische Aspekte von Essstörungen

Die zahnmedizinischen Aspekte von Essstörungen sind noch weitgehend unterbeleuchtet. Besonders häufig treten etwa durch oftmaliges selbstinduziertes Erbrechen Zahnerosionen auf. Die teils massiven Zahnschäden werden oft zu spät erkannt und behandelt. Bevor die Erkrankten professionelle Hilfe aufsuchen, vergehen meist Jahre. Die Zahnschäden können jedoch lebenslange Probleme bereiten, werden sie nicht rechtzeitig erkannt und behandelt. Zahnschmelzverlust und Schleimhautveränderungen stellen hier die größten Probleme dar.

© Photographee.eu / Fotolia.com.

Anmeldung: info@sowhat.at

Ein ganzheitlicher Ansatz bringt deutliche Vorteile, die Krankheit zu erkennen, vorzubeugen und bestehende Zahnschäden durch Erosionen fachgerecht zu behandeln. Die Betroffenen brauchen ein besonderes Konzept: psychische, medizinische und zahnmedizinische Behandlung sollten Hand in Hand gehen, durch die Anwendung von geeigneten Mundpflegeprodukten ist eine optimale Pflege und Vorsorge gewährleistet. Das Institut **sowhat** für Menschen mit Essstörungen arbeitet österreichweit mit stationären klinischen Einrichtungen, zahlreichen Institutionen, niedergelassenen ÄrztInnen und PsychotherapeutInnen, Schulen und Beratungseinrichtungen zusammen und bietet ein ambulantes, interdisziplinäres Behandlungsprogramm für Betroffene auch auf Kassenkosten an. Im Frühjahr 2017 veranstaltet **sowhat** zwei Fortbildungsvorträge zum Thema:

INHALT:

- Formen der Essstörungen und interdisziplinäre ambulante Behandlungsmöglichkeiten
- zahnmedizinische Anzeichen für Verdacht auf eine zahnmedizinische Therapie
- adäquates Ansprechen von potentiellen Betroffenen

VORTRAGENDE:

DDr. Sabine Wiesinger – Leitung der Vorsorgezahnordination „Angel Smile", Spezialisierung auf prophylaktische Mundhygiene, u.a. Zahnmedizinische Prophylaxe und Behandlungen bei Essstörungen. www.angelsmile.at

Dr. Lisa Tomaschek-Habrina – Leitung origo Gesundheitszentren GmbH, Institute ibos, salvia und sowhat und u.a. Expertin für Essstörungen. www.sowhat.at

TERMINE:

Do. 16.3.2017, 18.00 - 20.00 Uhr in Wien, sowhat Institut Gerstnerstraße 3, 1150 Wien

Do. 27.4.2017, 18.00 - 20.00 Uhr in St. Pölten, sowhat Institut Grenzgasse 12, 3100 St. Pölten.

3 Fortbildungspunkte.

Die Teilnahme ist kostenlos.

Schlechter oraler Status = schlechte kognitive Fähigkeiten?

Auf Basis von Literaturstudien haben Wissenschaftler im Journal of the American Society Geriatrie kürzlich eine Studienzusammenfassung veröffentlicht, die den Rückschluss zulässt, dass der Verlust kognitiver Fähigkeiten in engem Zusammenhang mit der allgemeinen Mundgesundheit bzw. dem Verlust der Zähne stehen könnte. Für ihre Metaanalyse und den daraus resultierenden Schlüssen bezogen die Autoren die Ergebnisse der im Zeitraum von 1993 und 2013 in diesem Kontext veröffentlichten Studien mit ein. Unter anderem fand man dazu Veröffentlichungen, aus denen man schließen konnte, dass Menschen mit weniger als zwanzig Zähnen einer 20 Prozent höheren Gefahr ausgesetzt sind, eine Beeinträchtigung der kognitiven Fähigkeiten zu erleiden. Für die Veröffentlichung im genannten Fachmagazin wurden auch Studien berücksichtigt, bei denen die vielfältigen Wechselbeziehungen zwischen Mundgesundheit und schlechter Ernährung, Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen zum Tragen kamen. Die Autoren geben jedoch zu Bedenken, dass die Kausalität – oraler und kognitiver Status – nach wie vor nicht hinreichend untersucht sei.

© Budimir Jevtic / Fotolia.com.

Bei Wu, Gerda G. Fillenbaum, Brenda L. Plassman, and Liang Guo. Association Between Oral Health and Cognitive Status: A Systematic Review. Journal of the American Geriatrics Society, April 1, 2016 DOI: 10.1111/jgs.14036. Meldung aus ZWP online.

© Colgate-Palmolive / Ludwig Schedl

Die Auswirkungen von Parodontitis auf die Allgemeingesundheit standen im Fokus des heurigen Monats der Mundgesundheit im September. Anlässlich eines Pressegesprächs informierten **Dr. Corinna Bruckmann, ÖPG Generalsekretärin** (Foto rechts), **Dr. Eva-Maria Höller, Vizepräsidentin der Landeszahnärztekammer Wien und Ulrich Gröger, General Manager der Colgate-Palmolive GmbH** über die Gefahren von Wechselwirkungen und Möglichkeiten, diese durch geeignete Prophylaxemaßnahmen vorzubeugen.

Vegetarier: Mehr Karies trotz besserer Mundhygiene

Die Prävalenz von Karies ist bei Vegetariern höher als bei Nicht-Vegetariern – und dies trotz deutlich besserer Mundhygiene. Das ergab eine Studie eines Teams um Dr. Ingmar Staufenbiel von der Klinik für Zahnerhaltung, Parodontologie und Präventive Zahnheilkunde der medizinischen Hochschule Hannover, das den Einfluss einer vegetarischen Ernährung auf Karies und Zahnerosion bei 100 Vegetariern und 100 Nicht-Vegetariern untersucht hat.

Das Ergebnis der Studie deutet darauf hin, dass die höhere Prävalenz von Kariesläsionen bei Vegetariern nicht nur eine Folge des häufigen Verzehrs von Früchten und damit den schädlichen Auswirkungen von Fruchtsäuren und Monosacchariden auf die Zähne ist. Die Hauptursache liegt eher darin, dass die Vegetarier wesentlich seltener fluoridhaltige Mundpflegeprodukte benutzten als die Kontrollgruppe. Jene Vegetarier innerhalb der untersuchten Gruppe, die eine regelmäßige Fluoridanwendung angaben, hatten erheblich weniger kariöse Zähne als die Vegetarier, die auf Fluoride verzichteten. In der Prophylaxe-Sitzung sollte man deshalb gezielt nach den Essgewohnheiten der Patienten fragen und Patienten, die viel Obst essen, auf geeignete Prophylaxemaßnahmen, insbesondere die Fluoridanwendung, aufmerksam machen.

© WongMeTeng / freemodock.com

© contrastwerkstatt / Fotolia.com

Quelle: Staufenbiel I et. al.: Influence of fruit consumption and fluoride application on the prevalence of caries and erosion in vegetarians– a controlled clinical trial, in European Journal of Clinical Nutrition (2015) 69, 1156–1160. Download unter: http://www.nature.com/ejcn/journal/v69/n10/full/ejcn201520a.html

Mundgesundheit für

Studie der

Erhebliche Defizite bei der Erhaltung der Mundgesundheit älterer Menschen hat eine Studie festgestellt, die an der Medizinischen Universität Innsbruck bei 128 Bewohnerinnen und Bewohnern von Alten- und Pflegeheimen durchgeführt wurde.

Die von David Pfister veröffentlichte wissenschaftliche Arbeit zeigte auf, dass sich die Prothesen von mehr als der Hälfte aller untersuchten Heimbewohner in einem sehr schlechten Hygienezustand befinden. Der bakterielle Belag bei Zahnersatz, Zähnen und in der Mundhöhle hat einerseits negative Auswirkungen auf die Allgemeingesundheit und führt andererseits zu schlechtem Atem und damit zu sozialer Isolation, heißt es in der Studie des Autors. Karies und Parodontitis führen darüber hinaus zu Zahnverlust mit weitreichenden sozialen, ästhetischen und ernährungsassoziierten Auswirkungen und Problemen.

Mehr als die Hälfte ist auf Hilfeleistungen angewiesen

Als Ursache stellt der Studienautor verminderte motorische Fähigkeiten und andere allgemeinmedizinische Faktoren fest. ➤

© Kann & Uwe Annas / Fotolia.com.

Laut Studie wird bei 13 Prozent der BewohnerInnen die Pflege von Zähnen und Zahnersatz durch das Pflegepersonal vorgenommen. Der tatsächliche Bedarf ist wesentlich höher.

ältere Menschen

Medizin-Uni Innsbruck zeigt erhebliche Defizite auf

Zwei Drittel der Studienteilnehmerinnen und -teilnehmer hatten deutliche Einschränkungen in ihren handmotorischen Fähigkeiten und einen schlechten Allgemeinzustand. Mehr als die Hälfte sind auf Hilfeleistungen durch die Pflege angewiesen, 24 Prozent brauchen eine ständige Betreuung. Dazu kommt eine erhebliche

© Privat

„Man muss dem Pflegepersonal mehr Zeit für die Mundhygiene einräumen."

Sabine Remmel
Dental Science Liaison Manager von Colgate-Palmolive Österreich

Fehleinschätzung bezüglich der Prothesenreinigung. 75 Prozent beurteilten die Qualität der Prothesenreinigung als gut, tatsächlich wurden jedoch nur 40 Prozent der Prothesen angemessen gereinigt.

Die Studie hat ergeben, dass bei 13 Prozent der Alten- und Pflegeheimbewohnerinnen die Pflege von Zähnen und Zahnersatz durch das Pflegepersonal vorgenommen wird. Tatsächlich würde ein wesentlich höherer Bedarf bestehen, meint Studienautor David Pfister. Das Pflegepersonal ist jedoch nicht in der Lage, diese Forderungen ohne Unterstützung durch zahnmedizinisches Fachpersonal zu bewältigen.

Einschränkungen durch Zahnverlust

Erfolgt die Mundhygiene nicht bedarfsgerecht, das heißt ohne zahnmedizinische Betreuung in Prophylaxeprogrammen und korrekter häuslicher Mundhygiene, schreiten Karies und Parodontitis so lange voran, bis Ziehen der betroffenen Zähne notwendig ist. Bei PatientInnen mit Nierenfunktionsstörungen, Herzinsuffizienz oder Medikamenteneinnahme zur Blutverdünnung ein wirklich komplizierter Eingriff, der sich über Wochen hinziehen kann. Zahnersatz kann dann nur mehr sehr schwer angepasst, im schlimmsten Fall nicht mehr getragen werden. Gesundheitliche und soziale Einschränkungen sind die Folgen.

Eine Aufklärung sollte zunächst einmal darauf abzielen, Bewusstsein für die Problematik zu schaffen. Sabine Remmel, Dental Science Liaison Manager von Colgate-Palmolive in Österreich: „Es wäre schon allein der Hinweis wichtig, dass dem Pflegepersonal in Heimen, aber auch in mobilen Pflegediensten ausreichend Zeit für die Mundhygiene eingeräumt werden muss – das ist nämlich sehr oft nicht der Fall."
MR Dr. Wolfgang Kopp, Präsident der Tiroler Zahnärztekammer, hält fest: „Das Interesse seitens des Pflegepersonals an theoretischem und praktischem Wissen ist da. Unsere Zahnärzte stellen gerne ihr Know-How zur Verfügung. Darüber hinaus soll die Zahnmedizin auch in die präventive und kurative Betreuung vor Ort in den Heimen verstärkt eingebunden werden[1]." Nach einer Erst-Untersuchung vom Zahnarzt könne für jeden Heimbewohner eine individuelle Pflegeanleitung erstellt werden. „Dadurch wird die tägliche Arbeit des Pflegepersonals immens erleichtert. Neben einer verbesserten Schulung der Heim-Mitarbeiter wäre eine regelmäßige Behandlung durch den Zahnarzt vor Ort sinnvoll", ergänzt Georg Berger, Geschäftsführer Wohn- und Pflegeheime Hall.

© fotofuerst / Fotolia.com

Erhebliche Fehleinschätzung: 75 Prozent beurteilten die Qualität der Prothesenreinigung als gut, tatsächlich wurden jedoch nur 40 Prozent der Prothesen angemessen gereinigt.

Den erfahrenen Prophylaxe-Assistentinnen Petra Bischof-Oswald (Gesundheitsakademie Bad Tatzmannsdorf), Cornelia Bernhardt (PASS Tirol) und Beate Weismaier (Dentalhygieneschule Graz) ist dieses Thema ebenfalls ein Anliegen. Ein erfolgreiches Schulungsangebot für Alten- und Pflegepersonal gibt es bereits seit zwei Jahren in der Gesundheitsakademie Bad Tatzmannsdorf. Petra Bischof-Oswald bietet laufend spezielle Mundhygiene-Schulungen für Pflegepersonal an.

[1] PA der Tiroler Gebietskrankenkasse: Mehr Mundgesundheit in Wohn- und Plegeheimen. 13. Juli 2016.

Petra Bischof-Oswald ist organisatorische Leiterin der Aus- und Weiterbildungen für ZAss und PAss der Zahnärztekammer Burgenland und bietet in diesem Rahmen auch spezielle Mundhygiene-Schulungen für Pflegepersonal an. Im Gespräch mit prophy informiert sie über die speziellen Herausforderungen bei der Mundhygiene pflegebedürftiger Menschen.

„Wenn bei der Mundhygiene ist das auch in

Frau Bischof, macht es für pflegebedürftige Menschen Sinn, sich einer professionellen Zahnprophylaxe zu unterziehen?

Auf alle Fälle! Wenn Pflegebedürftige mit Hilfe ihrer Angehörigen noch mobil sind, sollten sie regelmäßig zur Prophylaxe-Sitzung kommen. Immer mehr Menschen besitzen auch im hohen Alter noch ihre eignen Zähne, Totalprothesen werden zunehmend weniger und ein festsitzender Zahnersatz mit Implantaten, Teleskop-Prothesen mit Stegen, Brücken usw. spielen im Alter eine immer wichtigere Rolle. Gerade wenn festsitzender Zahnersatz, wie Brücken, Implantate oder Stegkonstruktionen vorhanden sind, ist es besonders wichtig, hier regelmäßig im Rahmen einer professionellen Mundhygiene-Sitzung sämtliche Stellen, die für die häusliche Mundhygiene schwer zugänglich sind, zu reinigen. Wichtig ist auch das Gespräch mit den Pflegebedürftigen und den Pflegenden, um Anleitungen zur häuslichen Mundhygiene zu geben. Optimal wäre es, pflegebedürftige Menschen rechtzeitig auf elektrische Zahnbürsten umzustellen …

… wann ist der beste Zeitpunkt dafür?

Je früher, desto besser! Die Akzeptanz ist erfahrungsgemäß höher, wenn sich ein Pflegebedürftiger an die Vibrationen einer elektrischen Zahnbürste gewöhnt, solange er sie noch selbst handhaben kann. Und sollte später Hilfe bei der Mundhygiene durch das Pflegepersonal notwendig werden, ist diese mit einer elektrischen Zahnbürste wesentlich einfacher und effektiver als mit einer mechanischen Bürste.

Der Übergang von der Selbständigkeit in die Pflegebedürftigkeit passiert nicht immer abrupt. Ab wann halten Sie eine Hilfestellung durch das Pflegepersonal bei der Mundhygiene für wichtig?

Solange bei den Betroffenen die Feinmotorik in den Händen nicht eingeschränkt ist und sie die Zahnbürste optimal zur Plaque-Entfernung im Mund führen können, sollten sie es selbst tun. Idealerweise sollten die pflegenden Angehörigen oder das Pflegepersonal die Patienten dabei unterstützen, wenn sie sehen, dass es notwendig wird. Je früher man sich an eine Unterstützung durch fremde Hilfe bei alltäglichen Verrichtungen wie dem Zähneputzen gewöhnt, desto eher wird man sie auch später bei vollem Pflegebedarf akzeptieren. Wichtig ist es, den Betroffenen Zeit zu lassen und langsam auf sie zuzugehen. Auch der psychosoziale Aspekt ist zu beachten: Der Mund ist ein wichtiges Organ des Körpers, das nicht nur zum Essen, Schlucken und Sprechen dient, sondern auch zentral ist für die Wahrnehmung der eigenen Identität, für die Fähigkeit sich auszudrücken.

Oft reagieren ja gerade ältere Menschen auf Reize im Mund sehr empfindlich …

… das sollte man unbedingt bei der Auswahl der Zahnpflegeprodukte berücksichtigen: Zahnbürsten mit weichen ➤

Hilfe notwendig wird, psychosozialer Hinsicht oft nicht einfach“

Borsten verwenden, die Zahnpasta sollte möglichst mild und geschmacksneutral sein. Da bei älteren, pflegebedürftigen Menschen oft die Schleimhäute dünner, schlaffer und leichter verletzlich sind, mögen sie kaum scharfe Zahnpasten mit starkem Minz- oder Menthol-Geschmack. Dasselbe gilt für Zahnspülungen. Hier sollte man individuell auf den Pflegenden eingehen und sich an die Bedürfnissen anpassen.

Was tun, wenn Spülen nicht funktioniert?

Alternativ zum Ausspülen kann man ein weiches Tuch oder größeres Wattestäbchen mit der Spülung tränken und das Zahnfleisch und die Zähne damit zusätzlich zum Zähneputzen abreiben.

Was muss man in der Pflege von Patienten mit Vollprothesen beachten?

Die Prothese sollte ebenfalls zweimal täglich entfernt und gut gereinigt werden. Wichtig ist auch hier eine laufende Kontrolle durch den Zahnarzt, damit regelmäßig geprüft wird, ob die Prothese auch optimal sitzt.

Mundtrockenheit ist oft ein Problem für ältere Menschen. Aufgrund des Alters, aber auch verschiedene Medikamente können diese verstärken ...

... deshalb ist es besonders wichtig, darauf zu achten, dass die Patienten viel trinken. Aber Achtung bei Tee: Malven- oder Salbeitee verringern z.B. den Speichelfluss und tragen zusätzlich zur Austrocknung der Schleimhaut bei. Besser wären hier Kamillen-, Pfefferminz- oder Fencheltee. Weiters kann hier auch durch verschiedene Produkte wie Gels, Sprays oder Spüllosung nachgeholfen werden, die zur Speichelproduktion anregen.

Petra Bischof-Oswald ist Dipl. PAss, Erwachsenbildungstrainerin, systemischer Coach und psychologische Beraterin. Sie ist seit 2008 selbständig mit einer Praxis für psychologische Beratung und psychosoziales Coaching in Bad Tatzmannsdorf tätig.

© Ingo Bartussek / Fotolia.com.

So früh wie möglich an die elektrische Zahnbürste gewöhnen.

Mehr Informationen: www.praxis-beratung.at

© KantarHealth

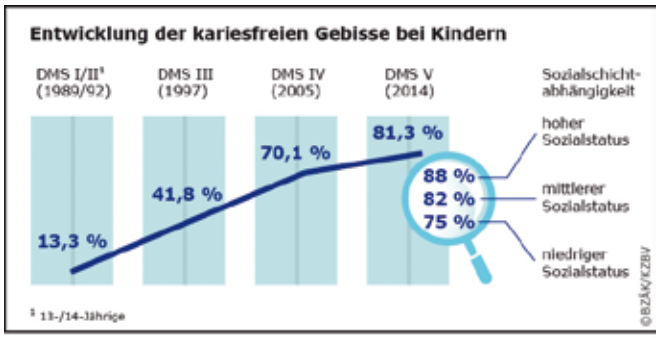
Fünfte Deutsche
Wie gesund

Werden wir immer zahnloser, je älter wir werden? Wie entwickeln sich die zahnmedizinischen Haupterkrankungen Karies und Parodontitis? Diese und viele weitere Fragen beantwortet die Fünfte Deutsche Mundgesundheitsstudie (DMS V)[1].

Die umfangreiche Untersuchung wurde im August in Berlin durch das Institut der Deutschen Zahnärzte (IDZ), die Bundeszahnärztekammer (BZÄK) und die Kassenzahnärztliche Bundesvereinigung (KZBV) vorgestellt. Methodisch anspruchsvoll beschreibt die DMS V repräsentativ die Mundgesundheit der gesamten Bevölkerung in Deutschland, erstmals auch die der sehr alten Menschen. Die Analyse liefert eine Fülle von Daten zu fast allen zahnmedizinischen Aspekten. Für Österreich ist zu diesen Fragen keine aktuelle umfassende Studie verfügbar, einzelne Untersuchungen[2] deuten jedoch darauf hin, dass die Trends mit jenen in Deutschland vergleichbar sind. Nachfolgend die wichtigsten Ergebnisse der DMS V:

Karies

- Acht von zehn der 12-jährigen Kinder (81 Prozent) sind heute kariesfrei. Die Zahl der kariesfreien Gebisse hat sich in den Jahren von 1997 bis 2014 verdoppelt.



Zunahme kariesfreier Gebisse bei Kindern (12-Jährige): Sozialschichtabhängigkeit der Karieserfahrung, aber alle sozialen Schichten haben von der Prävention profitiert

- Bei den jüngeren Erwachsenen (35- bis 44-Jährige) ist die Anzahl der Zähne mit Karieserfahrung seit 1997 um 30 Prozent zurückgegangen (4,9 Zähne).
- Nur noch halb so viele jüngere Erwachsene (35- bis 44-Jährige) weisen im Vergleich zum Jahr 1997 noch eine Karieserkrankung der Zahnwurzel auf.

Parodontalerkrankungen

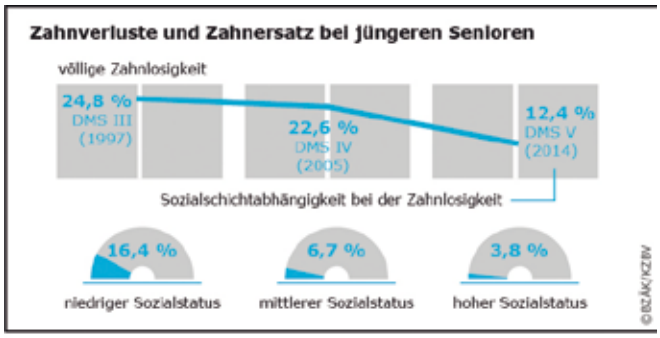
- Die schweren Parodontalerkrankungen haben sich bei den jüngeren Erwachsenen (35- bis 44-Jährige) halbiert. ➤

Mundgesundheitsstudie: **sind unsere Zähne wirklich?**

- Bei den jüngeren Senioren (65- bis 74-Jährige) gibt es einen rückläufigen Trend bei der Parodontitis trotz mehr erhaltener Zähne.
- Insgesamt steigt der Behandlungsbedarf bei der Parodontitis aufgrund der demografischen Entwicklung prognostisch an.

Zahnverluste und prothetische Versorgung

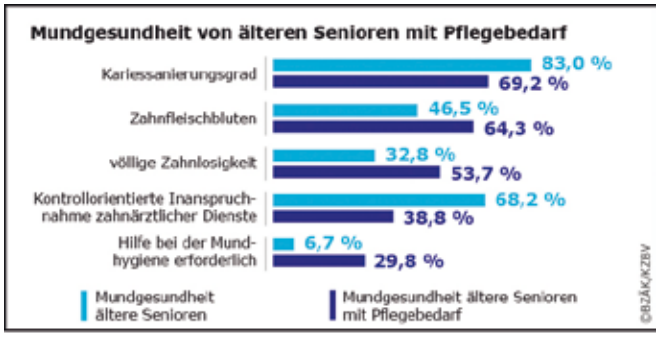
- Heute ist nur noch jeder achte jüngere Senior (65- bis 74-Jährige) zahnlos, im Jahr 1997 war es noch jeder vierte.
- Jüngere Senioren besitzen im Durchschnitt fünf eigene Zähne mehr als noch im Jahr 1997.
- Weil immer mehr jüngere Senioren ihre eigenen Zähne länger behalten, besteht für Zahnärztinnen und Zahnärzte häufiger die Möglichkeit, festsitzenden Zahnersatz zu verankern.



Halbierung der Zahnlosigkeit bei jüngeren Senioren (65- bis 74-Jährige): Sozialschichtabhängigkeit bei Zahnverlusten

Menschen mit Pflegebedarf

- Ältere Menschen mit Pflegebedarf haben eine höhere Karieserfahrung, weniger eigene Zähne und häufiger herausnehmbaren Zahnersatz als die gesamte Altersgruppe der älteren Senioren (75- bis 100-Jährige). Knapp 30 Prozent der Menschen mit Pflegebedarf sind nicht mehr selbst in der Lage, ihre Zähne und Zahnprothesen eigenständig zu reinigen und zu pflegen. Sie benötigen Unterstützung bei der täglichen Mundhygiene. Mit zunehmendem Pflegebedarf steigt dieser Anteil deutlich an.
- 60 Prozent der Menschen mit Pflegebedarf sind nicht mehr in der Lage, einen Zahnarzttermin zu organisieren und dann die Praxis auch aufzusuchen.



Ältere Senioren mit Pflegebedarf (75- bis 100-Jährige) weisen eine schlechtere Mundgesundheit auf und benötigen mehr Hilfe bei der Mundhygiene

Mundgesundheitsverhalten

- Jedes zweite Kind (45 Prozent) und jeder dritte Erwachsene (31 Prozent) kennen die Empfehlungen zur Zahnpflege und geben ein gutes Zahnputzverhalten an.
- Im Vergleich zum Jahr 1997 geben dreimal mehr jüngere Senioren (65- bis 74-Jährige) an, eine gute Mundhygiene zu haben.

Morbiditätskompression

- Krankheitslasten verschieben sich in das höhere Lebensalter: Ältere Senioren (75- bis 100-Jährige) haben im Jahr 2014 einen Mundgesundheitszustand wie die jüngeren Senioren (65- bis 74-Jährige) im Jahr 2005.
- Das bedeutet gleichzeitig mehr mundgesunde Lebensjahre: Jüngere Senioren (65- bis 74-Jährige) haben im Jahr 2014 eine bessere Mundgesundheit als ihre Altersgruppe im Jahr 2005.

[1] Quelle: DMS V. Download Kurzfassung: https://www.bzaek.de/fileadmin/PDFs/dms/Zusammenfassung_DMS_V.pdf am 26. 9. 2016

[2] Länder-Zahnstatuserhebung 2012 Zwölfjährige in Österreich. Im Auftrag des Hauptverbands der Sozialversicherungsträger. Download: http://www.hauptverband.at/cdscontent/load?contentid=10008.597921&version=1396854978 am 26. 9. 2016
Mundgesundheit und Lebensqualität in Österreich 2010. Im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit. GÖG. Download: http://www.goeg.at/cxdata/media/download/berichte/mundgesundheit_2010.pdf am 26. 09. 2016.
Zur Mundgesundheit bei Pflegebedürftigen siehe auch Seite 6 f

Wechselwirkungen zwischen Parodontitis

3

Serie – Die Beziehungen zwischen Erkrankungen des Zahnhalteapparats und Allgemeinerkrankungen sind bereits seit einiger Zeit im Fokus der medizinischen Forschung. PROPHY widmet diesem Thema eine Serie. Nach den Wechselwirkungen einer Parodontitis mit Diabetes und mit einer Schwangerschaft behandeln wir im dritten Teil das große Thema Herz-Kreislauferkrankungen.

Petra Natter, BA
Dentalhygienikerin in Lochau, Vorarlberg
www.paroprophylaxe.at

Univ.-Doz. Dr. Gernot Wimmer
FA für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde | Vorstandsmitglied ÖGP | design. Präsident der Europäischen Gesellschaft für Parodontologie

Parodontitis behandeln –

Herz-Kreislauferkrankungen sind die mit Abstand häufigste Todesursache im höheren Erwachsenenalter. Auch die Prävalenz der Parodontitis steigt mit zunehmendem Alter. Zusammenhänge zwischen den beiden Erkrankungen liegen nahe – dies sollte als Argument für eine adäquate Behandlung stärker in den Fokus der Prophylaxe-Sitzung rücken.

„Der Verdacht, dass beide Erkrankungen nicht nur nebeneinander koexistieren sondern sich auch wechselseitig beeinflussen erhärtet sich mit zunehmendem Verständnis der Äthiopathogenese", informiert PD Dr. Gernot Wimmer, Facharzt für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde mit Spezialisierung auf Parodontologie. Das bindende Glied zwischen der Parodontitis und Herzkreislauferkrankungen sind Entzündungen. Allerdings könne man nicht von einem einfachen, konsequenten Zusammenhang zwischen der Entzündung des Parodonts und des Vorhandenseins vaskulärer Veränderungen ausgehen, sondern die Vorgänge seien komplex, so Wimmer.

Die primäre Ursache für Herzinfarkt, Schlaganfall und periphere vaskuläre Erkrankungen sind atherosklerotische Veränderungen. Dafür verantwortlich sind Cholesterin-Ablagerungen und andere Plaques, die durch entzündliche Prozesse begünstigt werden.

Parodontitis-Leitkeime wurden mehrfach in Ablagerungen an den Gefäßwänden nachgewiesen. Doch wie kommen die Keime in die Gefäßinnenwand? „Die parodontale Tasche bereitet vor allem anaeroben Keimen einen Ort, an dem sie sich geschützt vor körpereigenen Abwehrmechanismen und mechanischen bzw. antibakteriellen Reizen vermehren können. Durch mechanische Irritationen wie zum Beispiel Zähneputzen und andere Mundhygiene-Maßnahmen, aber auch einfach durch das Kauen, können parodontale Keime in den Körper gelangen", erklärt Wimmer. Diskutiert würde auch ein möglicher Übertragungsmechanismus über die Lymphbahnen.

Parodontitis-Therapie: Positiver Effekt auf Gefäße

Die American Heart Association (AHA) hält in einem Statement fest, dass anhand der Studien der vergangenen 30 Jahre bis heute kein kausaler Zusammenhang zwischen Parodontitis und Herz-Kreislauf Erkrankungen beweisbar ist. Der Verdacht, dass entzündliche Prozesse bei der Entstehung von Atherosklerose eine Schlüsselrolle spielen, erhärtet sich jedoch immer mehr. „Die AHA kritisiert nicht den Effekt der Parodontal-Therapie auf die ➤

und Allgemeingesundheit

– Herz-Kreislauferkrankungen vorbeugen

Gefäß-Erkrankungen; sie fordert vielmehr neue, gut durchgeführte und geplante Studien, die den Einfluss der Parodontaltherapie auf die Erkrankungen des Herz-Kreislaufsystems besser verständlich machen", betont Wimmer und weist darauf hin, dass bereits lange bekannt ist, dass die Parodontal-Behandlung erkrankter Patienten einen positiven Einfluss auf die Gefäßfunktion und eine signifikante Abnahme von C-reaktiven Proteinkonzentrationen im Blutserum hat, die einen Rückgang von Entzündungen anzeigen. Wimmer: „Interessant ist die Tatsache, dass unmittelbar nach der Parodontal-Therapie eine akute, kurz andauernde entzündliche Reaktion im Körper ausgelöst wird, die verringerte entzündliche Belastung im Mund ➤

© ArtFamily / Fotolia.com

Parodontitis: Der Patient hatte zweimal jährlich eine Mundhygiene-Behandlung, wurde aber nie sondiert oder auf seine Entzündungen aufmerksam gemacht.

bringt jedoch mittelfristig eine Verbesserung der endothelialen Funktion."

Gemeinsam mit der Klinischen Abteilung für Angiologie und Mitwirkung der klinischen Abteilungen für Zahnersatzkunde, Nuklearmedizin und medizinisch-chemische Labordiagnostik der Universität Graz hat das Team um Univ. Prof. Dr. Gerald Seinost und PD Dr. Gernot Wimmer im Sommer 2016 ein Projekt abgeschlossen, in welchem der Einfluss parodontaler Therapie auf die Entzündungen in Gefäßen bei Patienten mit einer peripheren arteriellen Verschlusskrankheit (PAVK) – fortschreitende Durchblutungsstörungen im Bereich der Becken- und Beinregion – untersucht wurde. Die Ergebnisse werden derzeit ausgewertet.

Der Kardiologe Dr. Johannes Baulmann hat bereits 2014 als damaliger Leiter der Abteilung für Angiologie der Kardiologischen Klinik am Universitätsklinikum Schleswig-Holstein mit seinem Team nachgewiesen, dass Patienten mit Parodontitis steifere Gefäße und einen höheren zentralen Blutdruck haben. Er ging auch der Frage nach, ob sich Bluthochdruck mit einer besseren Zahngesundheit wieder absenkt. Dafür wurden die Behandlungsfortschritte von 100 Patienten mit Parodontitis beobachtet. Nach zwölf Monaten stellten die Forscher rund um Baulmann fest, dass Patienten mit erfolgreich bekämpfter Zahnfleischentzündung auch elastischere Blutgefäße hatten. „Die Studie gibt erste Hinweise, dass mit der Parodontitis-Behandlung Herz-Kreislauferkrankungen und mögliche Folgen wie Herzinfarkt oder Schlaganfall reduziert werden könnten", so Baulmann in einer Aussendung der Deutschen Hochdruckliga vom Dezember 2014.

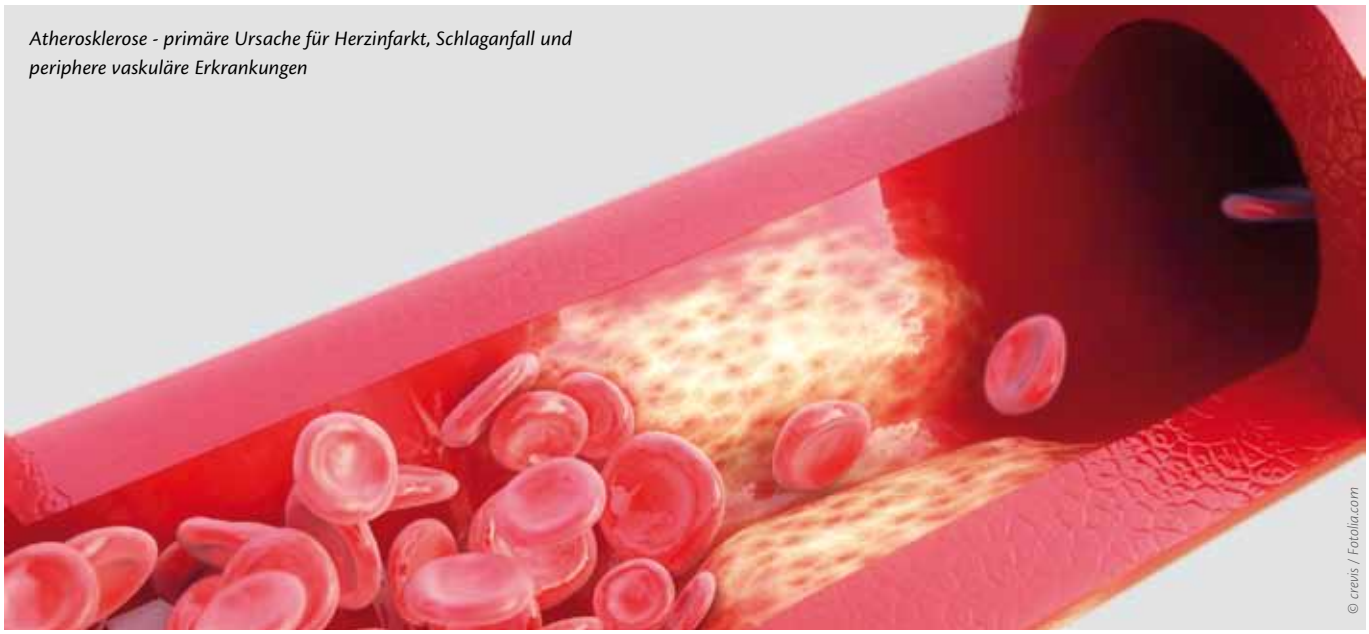
Argument für regelmäßige Paro-Prophylaxe

Für die Dentalhygienikerin Petra Natter, die sich auf die Behandlung von Parodontitis spezialisiert hat, sind diese Erkenntnisse wichtig, um Parodontitis-Patienten gezielt zu motivieren: „Ich weise meine Parodontitis-Patienten darauf hin, wie eine unbehandelte Parodontitis etwa den Bluthochdruck ungünstig beeinflussen kann – nicht nur einmal ist es damit gelungen, unmotivierte Patientinnen und Patienten zur regelmäßigen Parodontitis-Prophylaxe und -behandlung zu motivieren."

Die Prophylaxe-Assistentinnen haben hier eine wichtige Aufgabe, denn oft sind sie es, die im Rahmen der Prophylaxe-Sitzung als erste auf eine Parodontitis aufmerksam werden. „Wichtig ist auch, die Patienten darauf hinzuweisen, dass es mit einer einmaligen Behandlung nicht getan ist. Auch wenn die Entzündungen abgeklungen sind, muss der Biofilm regelmäßig entfernt werden, dass sich die Gingiva nicht wieder entzündet", informiert Natter.

Literaturhinweis abrufbar unter:

http://www.prophy.at/literatur_parodontitis_herzkreislauferkrankungen/



Atherosklerose - primäre Ursache für Herzinfarkt, Schlaganfall und periphere vaskuläre Erkrankungen

NEU

Effektivere Plaque-Entfernung mit weniger Druck.*

TRITIP-
TECHNOLOGIE

Jetzt testen – Die neue meridol® Parodont Expert

kombiniert mikrofeine Borstenenden mit TriTip-Borsten. Für tiefere* Reinigung am Zahnfleischrand

meridol®

*gegenüber einer herkömmlichen Zahnbürste mit flachem Borstenfeld.

PAss-Ausbildung
am zahnärztlichen Fortbildungsinstitut Wien (ZAFI)

Die Landeszahnärztekammer für Wien bildet an ihrem zahnärztlichen Fortbildungsinstitut seit 2002 erfolgreich Prophylaxe-Assistentinnen aus. Es gibt ein bis zwei Ausbildungskurse für jeweils 30 zahnärztliche Assistentinnen. Das Vortrags-Team bestehend aus fünf Zahnärzten, vier Prophylaxe-Assistentinnen und einem Kommunikationscoach.

Der Kurs umfasst 144 Stunden und findet an neun Kurswochenenden, jeweils Freitag und Samstag, statt. Diesen Weiterbildungskurs können Assistentinnen besuchen, die den dreijährigen ZAss-Grundkurs positiv abgeschlossen, den Beruf der Zahnärztlichen Assistentin zwei Jahre ausgeübt und ein aufrechtes Dienstverhältnis bei einem Zahnarzt / einer Zahnärztin haben.

Neben einem Skriptum in Farbe erhalten alle Teilnehmerinnen eine Instrumentenkassette mit drei Handinstrumenten für die praktischen Übungen.

Das praktische Arbeiten findet vorwiegend in Kleingruppen statt – geübt wird an Modellen und Dummy-Köpfen. Für die gegenseitigen Übungen und das Arbeiten am Patienten stehen fünf Einheiten zur Verfügung, die einen sehr praxisnahen Unterricht erlauben.

Das zahnärztliche Fortbildungsinstitut Wien ist bemüht, den Teilnehmerinnen möglichst viele unterschiedliche Geräte, Instrumente und Mundhygienehilfsmittel vorzustellen, damit sie ihre Patienten professionell beraten und behandeln können.

Im theoretischen Unterricht werden folgende Themengebiete behandelt:

- Vertiefende Kenntnisse in Anatomie, Physiologie und Pathologie des Zahnhalteapparates, der Zähne und der Mundhöhle
- Grundlagen des Biofilms, Entstehung von Karies und Parodontalerkrankungen
- Arten der Parodontalerkrankungen
- Speichel
- Zahnablagerungen und -verfärbungen
- Ätiologie der Hartsubstanzschäden
- Ätiologie der Schleimhautveränderungen
- Befunderhebung und Inhalte des Parodontalstatus (ÖGP Richtlinien)
- Instrumentenkunde (Schall-, Ultraschall- und Handinstrumente)
- Ernährungsgrundlagen
- Hygienische Aufbereitung und Schleifen der Handinstrumente
- Grundlagen der professionellen Zahnreinigung und Herstellung sauberer Verhältnisse in der Mundhöhle
- Orale Fotografie
- Praxishygiene (Reinigung-Desinfektion-Sterilisation), Infektionsprophylaxe
- Motivationsführung
- Patientenkommunikation
- Chemoprävention
- Hilfsmittel für die Dentalhygiene
- Fluoridanwendung
- Indices-Erhebung und Auswertung
- Behandlungskonzepte und Behandlungsplanungen
- Recall
- OPG, parodontaler Röntgenstatus, Röntgendiagnostik
- Politur der Zähne

Voraussetzungen für einen positiven Kursabschlusses:

- Führen eines Pflichtenhefts
- 30 Befundungen am Dienstort
- Positive Absolvierung eines Multiple Choice Tests
- Praktisches Arbeiten am Patienten
- Positive Absolverung einer Theoretisch-Praktischen Prüfung

© Schneider

Nach positivem Kursabschluss darf der / die Teilnehmerin die Berufsbezeichnung „ProphylaxeassistentIn" (PAss) gem. § 9a des Kollektivvertrags führen.

Weiterführende Fortbildung

Nach einem positiven Abschluss zur Prophylaxe-Assistentin geht's erst richtig los: ➤

Vortragende PAss Kurs (v.l.):
Vorne: Renate Huimann, Regina Häckl;
Mitte: Dr. Axel Mory, Dr. Bettina Schreder (Fortbildungsreferentin);
Hinten: Dr. Georg Piehslinger, Dr. Frederick Mayrhofer-Krammel (Kursleiter)

Denn auch für Prophylaxe-Assistentinnen bietet das ZAFI ein umfassendes Weiterbildungsangebot. Sehr beliebt ist der **„Aufbaukurs für Prophylaxe-Assistentinnen – Manuelle und maschinelle Instrumentation in der Parodontitisbehandlung“**. Der Kurs ist für all jene Prophylaxeassistentinnen gedacht, die nach dem PASS-Grundkurs vertiefende Informationen in der Parodontitisbehandlung erhalten möchten.

Wir gestalten den Kurs mit vielen praktischen Übungen möglichst praxisnahe. Für die Kursteilnahme ist es daher erforderlich, einen Parodontitispatienten mitzubringen.

Folgende Kursinhalte werden behandelt:

- Anatomie des Zahnhalteapparates
- Klassifikation der Parodontalerkrankungen
- Biologische Breite und Biodynamik am Parodont und am Implantat
- Instrumentenkunde
- Maschinelle Instrumentation mit Schall- und Ultraschallgeräten (Slimline) in der Parodontitisbehandlung
- Einsatz des Pulverstrahlgerätes zur subgingivalen Biofilmentfernung
- Arbeitssystematik | Sitzposition | Abstütztechnik
- Fallbesprechungen
- Systematik der Parodontalstatuserhebung
- Dokumentation in der Parodontalbehandlung
- Behandlungsphasen der Parodontitisbehandlung
- Organisation des Recalls

Der Kurs findet an zwei Kurswochenenden zu insgesamt 30 Stunden statt.
Für diesen Kurs werden 36 Fortbildungspunkte für das PAss-Fortbildungsdiplom vergeben.

AUF EINEN BLICK: PASS-WEITERBILDUNG AM ZAFI WIEN

Ausbildungsort: ZAFI | Zahnärztliches Fortbildungsinstitut der Landeszahnärztekammer für Wien; 1060 Wien, Gumpendorferstrasse 83, 4. Stock

Ausbildungsplätze: 30 pro Lehrgang

Aufnahmekriterien:
- 3 jährige Berufsausbildung und positiver Abschluss des ZASS Grundkurses
- 2 Jahre Berufsausübung
- Aufrechtes Dienstverhältnis bei einem Zahnarzt / einer Zahnärztin

Aufnahmeverfahren: keines

Kosten: € 4.480,- (inklusive Instrumentenset, Farbskriptum, Pausenverpflegung), Unterstützung möglich

Prüfungen:
- Führen eines Pflichtenhefts
- 30 Befundungen am Dienstort
- Multiple-Choice Test
- Praktisches Arbeiten am Patienten
- Theoretisch-Praktische Prüfung

Zertifizierung: Nach positivem Kursabschluss darf der / die TeilnehmerIn die Berufsbezeichnung „ProphylaxeassistentIn“ (PAss) gem. § 9a des Kollektivvertrags führen.

Nächster Ausbildungsbeginn: November 2016

Kontakt: ZAFI – Zahnärztliches Fortbildungsinstitut der Landeszahnärztekammer für Wien, Gumpendorferstrasse 83, 1060 Wien, 4. Stock, Tel.: +43 1 597 33 96 DW 10 oder 12, eMail: spitzhuetl@zafi.at oder schramm@zafi.at

Mehr Informationen: www.zafi.at

Loslassen, ausspannen, verwöhnen lassen – im Hotel Sammer in Neufelden

Es gibt Momente im Leben, da braucht man einfach etwas ganz Besonderes. Etwas Unvergleichliches, etwas völlig anderes, als man es überall sonst findet. In diesen Momenten ist das Seminar- und Golfhotel Sammer im Mühlviertel, für Sie da. Ob Sie einen unvergesslichen Urlaub verbringen oder sich von nie gekannten Gaumenfreuden kulinarisch überraschen lassen möchten: Sie werden spüren, dass Sie im Hotel Sammer im Mühlviertel den richtigen Ort für genau diese Momente gefunden haben.

Eingebettet in die majestätisch-stille Landschaft des Mühlviertels empfängt Sie das 4-Sterne-Hotel im Mühlviertel schon bei der Ankunft mit einer unvergleichlichen Atmosphäre aus Ruhe und Vorfreude auf alles, was noch vor Ihnen liegt. Der Alltag rückt sofort in weitere Ferne – denn ab nun zählen nur noch Sie.

Fernab vom Stress – mitten im Paradies

Ob Sie zu einem Wellnesswochenende kommen oder zu einem sportlichen Urlaub, einen Kulturtrip unternehmen oder ein Seminar besuchen – hier haben Sie den idealen Ausgangspunkt und Rückzugsort. Genießen Sie in vollen Zügen, was das Hotel Sammer und die gesamte Region für Sie an Entspannung, Abenteuer, Kultur, Spiel, Genuss, Sport, Erlebnis und kleinen Wundern bereithalten.

Das Mühlviertel ist nicht nur bekannt für seine landschaftliche Schönheit, sondern zeichnet sich auch durch eine unglaubliche Vielfalt an Ausflugszielen aus. Sportliche Gäste kommen hier ebenso auf ihre Kosten wie Abenteuerhungrige, die „Action" suchen.

Bewegung und Sport

Golfen, Wandern, Mountainbiken, Reiten, Schwimmen, Schifahren, Langlaufen – egal, ob Sie Anfänger, Fortgeschrittener oder Profi sind, Sie finden die idealen Sportanlagen in der näheren Umgebung.

Bespielen Sie die schönsten Golfplätze des Mühlviertels!

Im Bergdorf Pfarrkirchen liegt der gleichnamige steil-hügelige Golfplatz, den sie nach einer kurzen Autofahrt von 15 Minuten erreichen. In 20 Autominuten Entfernung liegt der Golfclub Linz-Donau, unser beliebtester Turnierplatz – ein flacher Platz mit vielen Wasserhindernissen.

Den Golfpark Böhmerwald sowie den Golfclub Sterngartl erreichen Sie in 30 Minuten. Beide sind sehr hügelig und bieten traumhafte Ausblicke vom Fairway in die Landschaft.

Der Golfclub Bayerwald ist nicht nur der älteste Golfpark Niederbayerns, sondern auch der schönste in der ursprünglichen Naturlandschaft des bayrischen Waldes und in 40 Minuten erreichbar.

Hotel Sammer ****
Hotel Sammer GmbH
4120 Neufelden | Markt 30
Telefon: +43 (0)7282 6223
Fax: +43 (0)7282 6223 6
Mail: info@hotelsammer.at
Web: www.hotelsammer.at

Mitmachen und gewinnen!

Wir verlosen einen Wohlfühl-Aufenthalt mit zwei Übernachtungen und Frühstück für zwei Personen im Hotel Sammer.

Und so funktioniert's:

Beantworten Sie die nachstehenden Fragen rund um die Zahngesundheit aus dieser Prophy-Ausgabe und tragen Sie das Lösungswort sowie Ihre persönlichen Daten in den Gewinncoupon ein. Unter allen Einsendungen mit dem richtigen Lösungswort wird eine Gewinnerin / ein Gewinner gezogen. Einsendeschluss ist der 31. Dezember 2016. Der / die Gewinner/in wird schriftlich verständigt. Viel Glück!

WER WEISS ES...

Parodontitis-Leitkeime wurden mehrfach nachgewiesen in ...

[ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ] – [1][ ][ ][ ][ ][ ]

Die mit Abstand häufigste Todesursache bei älteren Menschen sind ...

[ ][ ][ ][ ] –

[ ][2][ ]

Solange pflegebedürftige Menschen mit Hilfe ihrer Angehörigen noch mobil sind, sollten sie regelmäßig zur ...

[ ][ ][3][4][5][6][ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ]

Umlaute Ä, Ö, Ü als solche eintragen!

LÖSUNGSWORT:

[1][2][3][4][5][6]

Teilnahmebedingungen: Ausgeschlossen von der Teilnahme am prophy Gewinnspiel sind Mitarbeiter von Colgate-Palmolive Österreich und ihre Angehörigen. An der Verlosung nehmen alle Zusendungen teil, die ausreichend frankiert und mit Name, Adresse und E-Mail versehen einlangen. Über das Gewinnspiel wird kein Schriftverkehr geführt. Eine Barablösung der Gewinne ist nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Prophy Mail!

Erhalten Sie 9 x jährlich prophy-mail mit Top-Themen kostenlos an Ihre E-Mail Adresse! Jetzt anmelden auf **www.prophy.at**

Name: _____

Anschrift: _____

Postleitzahl / Ort: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Lösungswort: _____

Coupon ausfüllen und ausschneiden, in ein Kuvert stecken oder auf eine Postkarte kleben, ausreichend frankieren und an folgende Adresse einsenden:

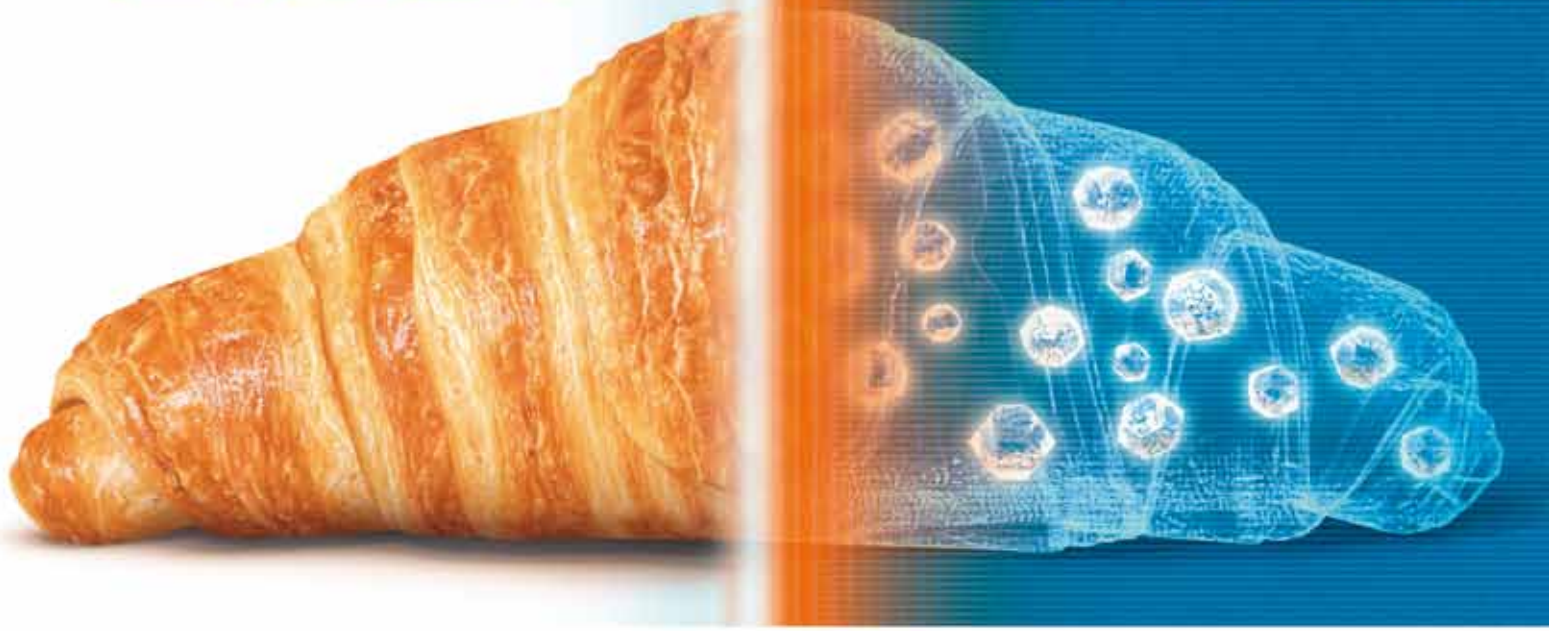
die Kommunikationsberater | An der Sonnleithen 16 | 4020 Linz | Kennwort: prophy

WIR GRATULIEREN...

... Frau Boja Oana-Rodica zu ihrem Gewinn aus der letzten Ausgabe: einen Sommer-Aufenthalt für zwei Personen im Sporthotel Ellmau

Für Sie ist es ein Croissant -

für Ihre Zähne versteckter Zucker.



Zucker steckt in viel mehr Lebensmitteln, als Sie denken.

Schützen Sie Ihre Zähne mit elmex® KARIESSCHUTZ PROFESSIONAL™

Zahnpasta plus Zuckersäuren-Neutralisator™ und bekämpfen Sie so Karies, bevor sie entsteht.

Seien Sie Karies einen Schritt voraus.