

Helfen Sie Ihren Patienten, die Effektivität des Zähneputzens zu verstärken



meridol® - Antibakterielle Wirksamkeit für eine effektivere Plaque-Bekämpfung als durch Zähneputzen allein:

- meridol® Zahnpasta sorgt für 7x stärkere Reduktion der Plaque-Vitalität^{2,8}
- meridol® Mundspülung sorgt für zusätzlich 6,8x mehr Plaquereduktion³
- meridol® hilft, die Compliance zu erh\u00f6hen 94 % der Anwender gef\u00e4llt das Produkterlebnis\u00e4



Für wirksamen Schutz vor Zahnfleischentzündungen - Empfehlen Sie meridol®.

- * meridol* Zahnpasta nach 12 Stunden vs. Natriumbicarbonat enthaltende Technologie.
 1 Chapple I, et al. Clin Periodontol 2015;42 (Spec Iss); 571-576; Putzen mit normaler Fluorid-Zahnpasta.
 2 Arweiler NB, et al. Oral Health Prev Dent 2018;16:175-181.
 3 Monate nach kontinulerifichter Anwendung iMm, herkömmülcher Fluoridzahnpasta vs. fluoridierte Mundapitiung (250 ppm F als NaF), Montesani, Dec 2021, data on file.
 4 Häuslicher Anwendertest für meridol@ Zahnpasta mit 190 Teilnehmern, FPL Insights, Deutschland, März 2022







Liebe LeserInnen!

Der Herbst ist nicht nur eine wunderbare lahreszeit. ledes lahr wird auf Initiative von CP GABA Österreich der September zum "Monat der Mundgesundheit" ausgerufen. Heuer zum 20. Mal! Partner sind die Österreichische Zahnärztekammer und die Österreichische Gesellschaft für Parodontologie.

Die ExpertInnen orten neue Herausforderungen in der Zahnmedizin und skizzieren einige Rahmenbedingungen, die für die Sicherung der Mundgesundheit notwendig wären. Lesen Sie mehr dazu auf den Seiten 6-9.

Worauf es bei der Mundgesundheit in der Schwangerschaft ankommt und was das für das Neugeborene bedeutet, erklärt Elisabeth Kalczyk in der Rubrik Thema auf den Seiten 10-12.

Unser Sonderthema widmet sich dem Recruiting von MitarbeiterInnen in den sozialen Netzwerken. Welche Rahmenbedingen sind notwendig?

Im letzten Teil der Serie über Mundtrockenheit werfen wir einen vertiefenden Blick auf alte Menschen, lesen Sie dazu auf den Seiten 14 und 15 mehr dazu.

Viel Freude beim Lesen! Ihre prophy-Redaktion



04 Diagonal

06 Schwerpunkt

20 Jahre "Monat der Mundgesundheit" – Ein Blick in die Zukunft

10 Thema

Mundgesundheit in der Schwangerschaft und für das neugeborene Baby

14 Thema

Serie: Trockener Mund – Teil 3

16 Sonderthema

Mitarbeiter auf Social Media finden: 3 wichtige Punkte, die Zahnärzte erledigen müssen, bevor sie online Mitarbeiter begeistern können

18 Wellness-Tipp

Willkommen im Landhotel Gasthaus Traunstein

19 Mitmachen & gewinnen!

Impressum: Medieninhaber und Herausgeber: CP GABA GmbH, Zweigniederlassung Österreich, Leopold-Ungar Platz 2/Stiege 4/3. Stock/Top 4.3.1., A-1190 Wien, Mail: info@prophy.at, www.prophy.at. Redaktion: Gerlinde Wiesner, MSc. Redaktionsanschrift: Die Kommunikationsberater, An der Sonnleithen 16, 4020 Linz, Mail: office@diekommunikationsberater.at, Telefon: +43 664 14 08 197. Gestaltung: Die Werbezone, Bäckerweg 3, 4175 Herzogsdorf. Druck: Mittermüller GmbH. Bei allen personenbezogenen Bezeichnungen gilt die gewählte Form für beide Geschlechter.

DIAGONAL

Virtuelles meridol[®]-Seminar 2022

Hilfsmittel zur optimalen häuslichen Mundhygiene: Anwendungen und wissenschaftliche Updates

Die häusliche Mundhygiene gehört zu den wichtigsten Säulen der Prophylaxe von Karies und entzündlichen Parodontalerkrankungen, welche sowohl in Österreich als auch weltweit immer noch weit verbreitet sind.

Die Basis stellt dabei die mechanische Biofilmentfernung mit Zahnbürsten dar, die durch eine Säuberung der Interdentalräume mit Hilfsmitteln, wie z.B. Zahnseide oder Interdentalbürstchen, ergänzt werden muss. Gleichzeitig belegen die Ergebnisse wissenschaftlicher Studien, dass die mechanische Plaqueentfernung allein unzureichend ist. Daher braucht es erweiterter Strategien, wie z.B. antibakterielle Wirkstoffe in Mundspülungen, welche die mechanische Reinigung durch Inaktivierung von Rest-Bakterien unterstützen können.

Melden Sie sich online für unser meridol-Seminar 2022 an und lernen Sie von unseren Referentinnen alles über Hilfsmittel für die optimale Mundhygiene, wie z. B. die chemischen und biologischen Charakteristika und wissenschaftliche Evidenz zu den relevantesten Wirkstoffen von Mundspülungen sowie die unterschiedlichen Produkte und Methoden – inkl. ihrer Vor- und Nachteile – für die mechanische Zahnzwischenraumreinigung:

pass.oegp.at/veranstaltungen

Die Teilnehmerzahl ist nicht begrenzt!

Seminarkosten:

ProphylaxeassistentInnen: 15 € | 30 € ÖGP-Mitglieder: kostenlos

Referentinnen

Prof. Dr. Nicole Arweiler

Ärztl. Direktorin der Klinik für Parodontologie und peri-implantäre Erkrankungen, Medizinisches Zentrum für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde, Philipps-Universität Marburg, UKGM



Stellvertretende Direktorin der Universitätsklinik für Zahnersatz und Zahnerhaltung, Zahnklinik Innsbruck



25. November 2022 | 15.00 - 18.25 Uhr

Eine Veranstaltung von CP GABA in Kooperation mit der Österreichischen Gesellschaft für Parodontologie

PROGRAMM:

15.00 – 15.05 Uhr | Grußwort von Scientific Affairs Managerin Österreich

Dr. Anastasiia Bovdilova

15.05 – 16.35 Uhr | Mundspüllösungen in der Praxis und zu Hause

Prof. Dr. Nicole Arweiler

Für wen?

Wann und welche Wirkstoffe?

■ Wie soll die Anwendung stattfinden?

16.35 - 16.50 Uhr | I

16.50 - 18.20 Uhr

| Pause

Interdentalraumpflege – was gibt es Neues?

Univ.-Prof. Dr. Ines Kapferer-Seebacher, M. Sc

Was gibt es Neues?

Zwischenraumreinigung mit Brackets

Zwischenraumreinigung bei Implantaten

18.20 - 18.25 Uhr | Schlussworte

meridol 🛆





Broschüre in leichter Sprache zur Zahngesundheit



Zahnpflege geht alle an. Aus diesem Grund hat goDentis eine Broschüre in leichter Sprache herausgebracht. So können sich sowohl Menschen mit Leseund Verständnisschwierigkeiten als auch Angehörige von Menschen mit Pflegebedarf einen schnellen und unkomplizierten Überblick über wichtige Themen zur Zahngesundheit verschaffen.

Manche Menschen haben Schwierigkeiten, komplexe Sachverhalte zu verstehen. Gründe hierfür gibt es viele. Eine Leseschwäche, Lernschwierigkeiten oder die Herkunft aus einem anderen Land. Ämter und Behörden haben sich längst darauf eingestellt und bieten Informationsmaterial in leichter Sprache an.

Aber nicht nur bei Behördengängen ist das Verstehen wichtig. Auch bei der Gesundheit herrscht Informationsbedarf in leichter Sprache. Da eine gute Mundgesundheit wichtig für einen gesunden Körper und allgemeines Wohlbefinden ist, hat goDentis – Deutschlands größtes Qualitätssystem für Zahnärzte und Kieferorthopäden – die

Broschüre "Tipps zur Zahnpflege – Eine Broschüre in leichter Sprache" herausgebracht. Die Broschüre liegt bei allen goDentis-Partnerzahnärzten zur kostenlosen Mitnahme in den Wartezimmern auf. Wer sich die Inhalte lieber vorlesen lassen möchte, findet auf Youtube den Film "Tipps zur Zahnpflege – in leichter Sprache".

TERMINE:

■ 08. bis 10. Juni 2023: Wachauer Frühjahrssymposium "Zukunft und Tradition der Zahnheilkunde"

Ort: Steigenberger Hotel & Spa Krems

Fortbildungslehrgang für Zass/Pass
7 Module zwischen 04. April und 11. November 2023

Rezeptions- und Praxismanagerin für den zahnärztlichen Bereich

Ort: Landeszahnärztekammer Burgenland, Bad Tatzmannsdorf Anmeldungen: Petra Bischof-Oswald, MBA | praxis-beratung@gmx.at

WEBSEMINARE FÜR DIE PASS | ZOOM-Meeting

22. November 2022 | 19.00 - 20.30 Uhr: Die neue Klassifikation der Parodontalerkrankungen: Fallbeispiele und Therapiekonzepte auf den Punkt gebracht Referentin: DH Petra Natter, BA

■ 25. November 2022 | 15.00 - 18.25 Uhr: virtuelles meridol®- Seminar 2022 "Hilfsmittel zur optimalen häuslichen Mundhygiene: Anwendungen und wissenschaftliche Updates"

Referentinnen: Prof. Dr. Nicole Arweiler und Univ.-Prof. Dr. Ines Kapferer-Seebacher, MSc.

www.zahnmedizin2022.at

https://bgld.zahnaerztekammer.at

https://pass.oegp.at/ veranstaltungen

www.paroprophylaxe.at

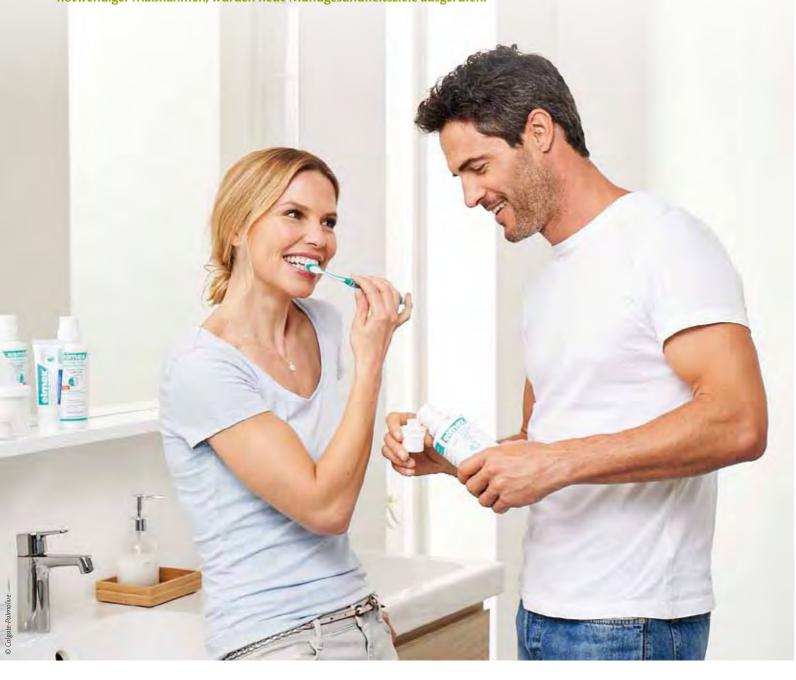
www.paroprophylaxe.at

prophy 3-2022 prophy 3-2022

SCHWERPUNKT

20. "Monat der Mundgesundheit": Experten orten neue Herausforderungen, trotz Verbesserung.

Im Rahmen der österreichweiten Initiative "Monat der Mundgesundheit" engagiert sich CP GABA gemeinsam mit der Österreichischen Zahnärztekammer (ÖZÄK) und der Österreichischen Gesellschaft für Parodontologie (ÖGP) für mehr Aufklärung bei der Zahngesundheit. Ziel ist es, das Bewusstsein für Zahnpflege und Mundgesundheit bei Jung und Alt zu schärfen und nachhaltig zu verbessern. CP GABA lud anlässlich des 20. Monats der Mundgesundheit zu einem Expertengespräch in die Österreichische Zahnärztekammer in Wien. Neben der Skizzierung neuer Herausforderungen und notwendiger Maßnahmen, wurden neue Mundgesundheitsziele ausgerufen.



Prophylaxe darf nie aufhören!

Laut einer aktuellen Integral-Umfrage¹ von CP GABA anlässlich des Monats der Mundgesundheit putzen sich 99 Prozent der Österreicher und Österreicherinnen zumindest einmal täglich die Zähne. Im Vergleich mit einer Umfrage von CP GABA im Jahr 2018² hat sich die Putzhäufigkeit deutlich gebessert: Aktuell putzt die überwiegende Mehrheit von 83 Prozent mindestens zweimal täglich die Zähne, vor vier Jahren waren es lediglich 74 Prozent.

Dr. Burkhard Selent, Leiter der wissenschaftlichen Abteilung bei CP GABA



GmbH D-A-CH: "Im Monat der Mundgesundheit wollen wir verstärkt über Karies und Parodontitis aufklären. Gemeinsam mit Experten stellen wir die häus-

liche Zahnpflege und die zahnärztliche Vorsorge in den Mittelpunkt. Wir sehen Prophylaxe als lebenslange Maßnahme".

In den meisten europäischen Ländern wird die Mundgesundheit zwar besser3, allerdings sind in den nächsten Jahren neue Herausforderungen zu erwarten. Zahn- und Munderkrankungen verschieben sich aufgrund der demografischen Entwicklung immer mehr in ein höheres Lebensalter.⁴

Außerdem ist es wichtig Bewusstsein zu schaffen, welchen Einfluss die Mundgesundheit auf andere Erkrankungen hat. Mundkrankheiten können das Risiko für andere Gesundheitsstörungen erhöhen – Zahnfleischerkrankungen stehen beispielsweise im Zusammenhang mit Herzinfarkt, Alzheimer und Diabetes. Aktuell ist knapp drei Viertel (72 Prozent) der Befragten der Zusammenhang zwischen Mundgesundheit und anderen Krankheiten bewusst.¹

Menschen bleiben länger mundgesund

Aktuelle Studien zeigen, dass die präventionsorientierte Zahnmedizin viel erreicht hat.5 Menschen bleiben länger mundgesund. So spielen neben der häuslichen Mundhygiene, die professionelle Zahnreinigung und die Möglichkeiten der regelmäßigen zahnärztlichen Kontrolluntersuchungen eine immer größere Rolle.⁶

Besonders bei den Jüngeren zeigen sich die Erfolge der Aufklärungsarbeit der letzten Jahrzehnte: 16-29-Jährige sind beim Zähneputzen vorbildlich, denn 96 Prozent putzen ihre Zähne mindestens zweimal am Tag!

Bezogen auf die professionelle Zahnreinigung lässt knapp die Hälfte der Befragten (46 Prozent), zumindest einmal jährlich oder öfter eine professionelle Mundhygiene durchführen, 32 Prozent jedoch seltener und 22 Prozent nie.¹

Zur zahnärztlichen Kontrolle gehen immerhin zwei Drittel (65 Prozent) mindestens einmal jährlich, doch nur ein gutes Viertel (28 Prozent) mindestens alle sechs Monate wie von Zahnärzten und Zahnärztinnen empfohlen.¹



SCHWERPUNKT





Spannend sind auch die Ausgaben für Prophylaxe: Die meisten Personen (58 Prozent) geben bis zu 100 Euro pro Jahr aus. Knapp ein Drittel wendet 250 Euro auf.⁴

Zahnfleischprobleme am häufigsten

Gefragt nach Problemen im Mundraum gaben 32 Prozent der Befragten an, Zahnfleischprobleme zu haben – dazu zählen sensibles Zahnfleisch, Zahnfleischrückgang (Parodontitis), Zahnfleischbluten und Zahnfleischentzündung (Gingivitis). Als weitere Probleme werden Zahnstein (29 Prozent) und schmerzempfindliche Zähne (20 Prozent) genannt. Immerhin 28 Prozent haben keine Probleme im Mundraum.

Mundgesundheitsziele

Im Rahmen des 20.

Monats der Mundgesundheit ruft die Österr. Zahnärztekammer und die Österreichische Gesellschaft für Parodontologie gemeinsam mit CP GABA drei konkrete Mundgesundheitsziele aus, die Prophylaxe, Ausbildung und frühkindliche Vorsorgeuntersuchung betreffen.

Zahnfleischerkrankungen vorbeugen

Zukünftig sind Konzepte zur Prävention für jede einzelne Altersgruppe erforderlich. "Die Zahnheilkunde ist gefordert, sich auf die verändernde Gesellschaft einzulassen. Prophylaxe im höheren Alter, eine bessere Versorgung von institutionalisierten Personen und die Auswirkung auf die systemische Gesundheit müssen dabei zentral beachtet werden", meint Univ.-Prof. Dr. Hady Haririan, PhD,

MSc, Leiter der Abteilung für Parodontologie an der Zahnklinik der SFU Wien

sowie Generalsekretär der Österreichischen Gesellschaft für Parodontologie. Voraussetzung dafür sei eine Untersuchung, wie viele Menschen in Öster-



reich tatsächlich von parodontalen Erkrankungen betroffen sind – bisher liegen keine Daten vor.

Auch eine Leitlinie zur Behandlung von Zahnfleischerkrankungen für Zahnärzte (S3-Behandlungsrichtlinie), wie sie in Deutschland bereits existiert, wäre wünschenswert – und damit verbunden eine Refundierung der Sozialversicherung.

Mit Maßnahmen zur Vorbeugung von Zahnfleischerkrankungen, vor allem der Zahnfleischentzündung, könnte nicht nur die Gesundheit der Bevölkerung verbessert werden, es ließe sich auch viel Geld sparen. Das zeigt ein aktueller Bericht im Auftrag der Europäischen Föderation für Parodontologie.⁷



Ausbildung zum Fachzahnarzt für Parodontologie

Ein erklärtes Ziel zur Qualitätssicherung ist die Etablierung einer Fachzahnärztin bzw. eines Fachzahnarztes für Parodontologie in Österreich. Europaweit ist diese Ausbildung bereits üblich. Auch sollen vermehrte postgraduelle Ausbildungsmöglichkeiten angeboten werden. Erste Schritte zur Spezialisierung erfolgten durch das Fortbildungsdiplom der Österreichischen Zahnärztekammer sowie dem Spezialistenstatus der Österreichischen Gesellschaft für Parodontologie.

Aufnahme der zahnärztlichen Untersuchung in den Mutter-Kind-Pass

An einer langjährigen Forderung hält **Dr. Bettina Schreder,** Präsidentin der Landeszahnärztekammer für Wien und Vizepräsidentin der Österreichischen Zahnärztekammer, fest: "Wir brauchen eine lebensbegleitende Prophylaxe. Dazu

gehört die Aufnahme einer zahnärztlichen Untersuchung in den Mutter-Kind-Pass."

"Auch wenn insgesamt eine deutliche

Verbesserung der Mundgesundheit zu beobachten ist, wird der zahnärztliche Versorgungsaufwand aufgrund der demografischen Entwicklung der Gesellschaft hoch bleiben", meint Dr. Schreder. "Wir dürfen uns niemals auf unseren Erfolgen ausruhen. Denn eines ist klar: Ein Nachlassen würde unweigerlich eine Verschlechterung der Mundgesundheit mit sich bringen".

Dr. Selent: "Die gute Nachricht ist, dass jeder Mensch für seine Zahngesundheit etwas tun kann und Verantwortung für die eigene Mundgesundheit wahrnimmt. CP GABA unterstützt dies mit Forschung sowie wissenschaftlich fundierten Produkten und Service-Angeboten."



www.gesunderzahn.net/de-at/mdm

Quellenangabe

- ¹ CP GABA INTEGRAL-Umfrage zum Thema Zahnpflege und Mundgesundheit; Zielgruppe: Österreichische Bevölkerung von 16 bis 75 Jahren; Sample: n=500 Befragte; Methode; Onlineinterviews (CAWI); Zeitraum: 30.6.-5.7.2022.
- ² CP GABA forsa-Umfrage zum Thema Zahnpflege und Mundgesundheit; Zielgruppe: Österreichische Bevölkerung ab 18 Jahren; Sample: n=1.301 Befragte; Methode: Onlinebefragung; Zeitraum: 13.-21.6 2018.³ Alberto Consolaro, "Mouthwashes with hydrogen peroxide are carcinogenic...", Dental Press J. Orthod. vol.18 no.6 Maringá, Nov./Dec. 2013
- ³ Basner et al., 2017; Jordan und Micheelis, 2016⁵ Meng et al., "Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): Emerging and Future Challenges for Dental and Oral Medicine", Journal Dental Research 1-7, 2020
- ⁴ Ergebnisbericht "Mundgesundheit und mundgesundheitsbezogene Lebensqualität in Österreich", Gesundheit Österreich GmbH im Auftrag des Bundesministeriums für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz. Jänner 2022. https://jasmin.goeg.at/2228/1/Bericht_Mundgesundheit%20und%20Lebensqualit%C3%A4t_bf.pdf
- ⁵ Jordan RA, Bodechtel C, Hertrampf K, Hoffmann T, Kocher T, Nitschke I, Schiffner U, Stark H, Zimmer S, Micheelis W, et al. The Fifth German Oral Health Study (Fünfte Deutsche Mundgesundheitsstudie, DMS V) rationale, design, and methods. BMC Oral Health (2014) 14:161. doi: 10.1186/1472-6831-14-161
- ⁶ JMundgesundheitsziele für Deutschland bis zum Jahr 2030
- $^7 https://www.quintessence-publishing.com/deu/de/news/zahnmedizin/parodontologie/praevention-von-parodontalerkrankungen-weniger-kosten-bessere-gesundheit$

Mundgesundheit in der Schwangerschaft und

für das neugeborene Baby

Die Schwangerschaft und die optimale Versorgung des Säuglings ist mit neuen Herausforderungen begleitet. Das eigene Kind optimal auf die Zukunft und zu einem gelungenen Start ins Leben vorzubereiten, hat in dieser Phase des Lebens eine hohe Priorität. Dies ist aber oft nicht so einfach umzusetzen, wenn das benötigte Wissen zur Umsetzung fehlt.

Wie stark die eigene Mundgesundheit und das eigene Verhalten die Gesundheit ihres Kindes beeinflusst, wird von vielen Schwangeren nach wie vor oft unterschätzt. Manchmal liegt es auch an fehlendem Bewusstsein oder mangelndem Wissen.



Dabei sollte gerade in dieser Phase des Lebens zahnmedizinisch relevante Maßnahmen und die Prävention einen besonderen Stellenwert einnehmen. Dies kann zu einem optimalen Start des Babys ins Leben beitragen, dass auch die Weichen für das weitere mundgesunde Leben vorgibt. Idealerweise sollte schon vor der Schwangerschaft das Gebiss saniert und die Mundgesundheit der werdenden Mutter sichergestellt werden. Sie ist

leider nicht immer möglich. Parodontale Erkrankungen sollten noch vor Ankunft des Kindes behandelt werden, aber auch während der Schwangerschaft nicht unterschätzt werden

Bei einer Parodontitis wir durch die Immunreaktion Prostaglandin ebenfalls vermehrt freigesetzt. Prostaglandin ist ein Gewebshormon, dass viele Funktionen haben kann. Einerseits dient es als Schmerzvermittler, wirkt aber auch als ein Mediator für Hormone und ist auch bei der Entstehung von Fieber beteiligt. Andererseits macht es das menschliche Gewebe - zur Vorbereitung auf die Geburt - weicher und dehnbarer und wird in der späten Schwangerschaft vermehrt vom Körper ausgeschüttet.

Durch die Ausschüttung von Prostaglandin können frühzeitige Wehen und deren Folgen für das Kind hervorgerufen werden. Niedriges Geburtsgewicht, Frühgeburt und erhöhte Säuglingssterblichkeit sind bekannte Risiken von an nicht behandelten Parodontitis erkrankten Müttern.

Auch die Kariesaktivität der werdenden Mutter sollte unter Kontrolle gehalten



Von Elisabeth Kalczyk, BA

werden, um die Infektion mit dem Kariesleitkeim Streptokokkus mutans so gering wie möglich zu halten.

So kann schon ein relevanter Einflussfaktor zur Entstehung von Karies vorbeugt

Der optimale Zeitpunkt für eine notwendig kurative Behandlung und Prophylaxesitzung ist das 2. Trimester. Zwischen der 13. und der 28. Schwangerschaftswoche, dem 2. Trimester, sind Behandlungen meist problemlos machbar. Solange sich die Patientin wohlfühlt und keine Kontraindikationen dagegensprechen, kann ganz normal behandelt werden.

Im ersten Trimester sollte eine Bakteriämie, wie sie bei Zahnreinigung nun mal vorkommen kann, vermieden werden. Zu diesem Zeitpunkt sind Organe und Zähne des Fötus in der Entwicklung und reagieren auf negative Einflüsse von außen dementsprechend sensibel.

Im letzten Trimester sind längere Sitzungen für die werdende Mutter meist schon etwas anstrengender. Eine optimale Patientenlagerung ist in diesem Stadium aufgrund einer möglichen Kompression der Vena Cava Inferior nicht ratsam.

Empfehlungen für Schwangere aus zahnmedizinischer Sicht

Wichtig für Schwangere ist, sich vielseitig und ausgewogen zu ernähren. Es besteht ein erhöhter Bedarf an Mineralien,

Vitaminen, Eisen, Folsäure, Ballaststoffen usw. Oft kommt es auch zu einem gestörten Säure-Basen Verhältnis im Körper und somit auch im Mund.

Eine ausgewogene Ernährung besteht aus 70-80 % der basischen und zu 20-30 % aus säurebildenden Lebensmitteln

Schwangere sollten daher auf Nahrungsmittel mit hohem Säuregehalt verzichten und basische Nährstoffe bevorzugen.

Zu säureerzeugenden Lebensmitteln gehören unter anderem Süßigkeiten, die mit Fabrikzucker hergestellt werden, Weißmehlprodukte, Zitrusfrüchte, Limonaden, Kaffee und Alkohol. Säurehaltige und säureerzeugende Lebensmittel und Getränke sind nicht nur pH-sauer, sondern entziehen dem Körper auch wertvolle Mineralien.

Die meisten Gemüsesorten sind als basisch einzustufen. Besonders empfehlenswert sind hier Avocado, Gurken, Fenchel, Grünkohl und andere grüne Gemüsesorten.

Da viele Schwangere an Mundtrockenheit leiden, sollten diese viel (mindestens drei Liter am Tag) trinken. Am besten geeignet sind nach wie vor stilles Mineralwasser oder ungesüßte Kräutertees.

Aufgrund morgendlicher Übelkeit oder Sodbrennen, an denen viele werdende Mütter leiden, wird die Zahnhartsubstanz von der Magensäure angegriffen.

Da empfiehlt es sich danach:

- 1. Mund mit Wasser auszuspülen
- 2. Nicht unmittelbar danach Zähne zu
- 3. Mit einer Fluoridlösung zu spülen
- 4. Basenpulver aufgelöst (1 Teelöffel in 100 ml Wasser) zu trinken oder damit zu spülen



prophy 3-2022 prophy 3-2022









Allgemein gilt, dass in der Schwangerschaft noch mehr Augenmerk auf die persönliche Mundhygiene gelegt werden sollte.

Studien haben gezeigt, dass Stillen auch positive Auswirkungen auf die Entwicklung von Zähnen und Kiefer des Säuglings hat. Muttermilch enthält die ideale chemische Zusammensetzung, um dem Baby einen gesundheitsfördernden Start ins Leben zu ermöglichen. Die Saugbewegungen an der mütterlichen Brust wirkt sich zudem positiv auf Muskulatur und Kieferknochen des Säuglings aus. Angewohnheiten, wie Daumenlutschen oder Schnuller sollten, wenn möglich, vermieden werden. Wenn es gar nicht anders zu machen ist, sollte man auf die ergonomische Formung des Schnullers achten. Dasselbe gilt auch für Trinkflaschen, wenn diese von Nöten sind.

Mit der routinemäßigen Mundpflege im Sinne einer Stimulation der Schleimhaut kann schon begonnen werden, wenn noch kein Zahn in der Mundhöhle sichtbar ist.

Mit Finger, Wattestäbchen oder anderen Hilfsmittel, die dafür vorgesehen sind, kann man über das noch zahnlose Kiefer streifen. Später hat man dann bedeutend weniger Probleme damit, dem Kleinkind die tägliche Zahnputzroutine schmackhaft zu machen, da es den Eingriff in die Mundhöhle, außerhalb der Nahrungsaufnahme, bereits gewöhnt ist.

Kariesbakterien werden nicht vererbt, sondern mittels Infektion übertragen. Die Primärinfektion kann ab den ersten Milchzahn erfolgen. Das risikoreichste Alter für eine Übertragung wird in der Literatur oft zwischen dem 19. und 33. Lebensmonat beschrieben. Auch wenn die Übertragung der kariesfördernden Bakterien nicht der einzige Faktor zur Entstehung der Karies ist, zeigt es sich als Vorteil, die Übertragung von Anfang an gering zu halten.

Dies gelingt, indem der Speichelaustausch zwischen Kind und Bezugsperson so gut wie möglich vermieden wird. Eine Wärmekontrolle von Flaschennahrung mittels Mundkontrolle, das Abschlecken des Schnullers und später des Löffels des Kleinkindes, zählen zu den potenziellen Übertragungsquellen.

Eine Dauerumspülung von zuckerhaltigen und säureerzeugenden Getränken, zu denen auch Folgemilch zählt, kann zur frühzeitigen Zerstörung der Milchzähne führen.

Auch wenn Muttermilch das Beste ist, was man seinem Baby bieten kann, sollte auch hier ab dem ersten Zahn ein zu häufiges Anlegen an die Mutterbrust vermieden werden. Die Erfahrung zeigt aber, dass dieser Umstand nur vereinzelt vorkommt und Muttermilch in der Regel kein Problem zur Entstehung der Early Childhood Caries (ECC)darstellt. Trotzdem sollte darauf hingewiesen werden.

FAZIT:

Milchzähne brechen als gesunde Zähne in die Mundhöhle durch. Ziel muss es sein, diese bis zum Zahnwechsel zu erhalten. Sie spielen eine bedeutende Rolle bei Lautbildung und Sprache. Sie beeinflussen das Essverhalten und sind notwendige Platzhalter der bleibenden Zähne.

Die Mundgesundheit des Kindes liegt in der Verantwortung der Eltern, die dem Alter des Kindes entsprechend angepasst werden muss. Deshalb ist es wichtig, dass das zahnärztliche Team die Eltern über die richtige Mund- und Zahnpflege, über zahngesunde Ernährung, präventive, aber auch schädliche Einflüsse auf die Mundgesundheit beraten.





THEMA

Wenig Speichel im Alter –

mehr als nur ein trockener Mund

Im letzten Teil der Serie über Mundtrockenheit steht der alternde Mensch im Mittelpunkt, wir begeben uns auf das Gebiet der Geriatrie. Jeder vierte bis fünfte Mensch leidet zumindest zeitweise unter Mundtrockenheit. Bei den über 65-jährigen sind es mehr als fünfzig, bei den über 70-Jährigen gar siebzig Prozent. Zur umfassenden Darstellung des Problems sollte der Blick auch Prävalenzen in der stationären Betreuung beinhalten sowie Menschen mit einem erhöhten Unterstützungsbedarf in der häuslichen Umgebung.

Dr. Barbe bestätigt: "Bis zu 95 Prozent unserer älteren Studienteilnehmer in der ambulanten Betreuung berichten , dass sie zumindest zeitweise unter subjektiver Mundtrockenheit leiden. Auch auf die Frage nach der subjektiv empfundenen Mundgesundheit wird vorrangig – neben einigen anderen Problemen wie zum Beispiel Zahnfleischbluten oder Kauschwierigkeiten – die Mundtrockenheit angeführt."

Medikamenten-induzierte Nebenwirkungsraten Mundtrockenheit

Medikamente sind ein wesentlicher Risikofaktor für die hohen Prävalenzen subjektiver und objektiver Mundtrockenheit im höheren Lebensalter. So zeigt der Bundes-Gesundheitssurvey zum Arzneimittelgebrauch in Deutschland, dass über alle Altersgruppen der Erwachsenen hinweg 13 Prozent der Männer und 18 Prozent der Frauen täglich blutdrucksenkende Mittel einnehmen. Bis etwa zum Alter von 40 Jahren nehmen Patienten im Schnitt ein bis zwei Medikamente pro Tag? ein. Dann steigt die Rate massiv an. 70-jährige nehmen ca. vier Medikamente täglich, im höheren Alter weiter steigend, so dass die Einnahme von über 5 Medikamenten in diesem Alter als Schwelle einer Polypharmazie eher die Regel als die Ausnahme darstellt.

Auf der anderen Seite sind die Zusammenhänge zwischen der Einnahme von Medikamenten und der Nebenwirkungsrate für eine Xerostomie in der Literatur so berichtet. (Quelle: Bundesgesundheits-Survey 1998)

Medikament	Nebenwirkungsrate Xerostomie
Herz-Kreislauf-Medikation	8 %
Antiretrovirale Therapie	35 %
Antihypertensiva	50 %
Antidepressiva	71 %
Antiparkinson-Medikation	50 %

Werden gar mehrere dieser Medikamente gleichzeitig eingenommen, potenziert sich die Wahrscheinlichkeit einer Mundtrockenheit.

Selbständig – unterstützungsbedürftig – pflegebedürftig

Wer sich mit älteren Patienten befasst, sollte den Begriff Frailty (Gebrechlichkeit) kennen. Er beschreibt ein geriatrisches Syndrom, das durch eine allgemein erhöhte Anfälligkeit älterer Menschen gegenüber exogenen Stressfaktoren wie Überlastung, Unruhe, Erkrankungen und mehr gekennzeichnet ist. Es treten kognitive Defizite auf, psychische Veränderungen oder eine veränderte Stimmungslage. Körperliche Erkrankungen treten auf und häufig ist die oben beschriebene Medikamenteneinnahme notwendig. Die Ernährung verändert sich, eine soziale Unterstützung wird erforderlich und es tritt ein zunehmender Unterstützungsbedarf ein. Dr. Barbe: "Für das zahnärztliche Team bedeutet dies, dass sich das gesamte Setting um den Patienten verändern kann. Besonders in der stationären Betreuung befinden wir uns in einem vulnerablen Umfeld, wenn es um die Mundhygiene der Pflegebedürftigen geht."

Auch die Mundgesundheit, und damit die Mundtrockenheit, fällt in das klinische Bild des gebrechlichen ("frail") Patienten. Hierzu einige klinische Symptome und der Zusammenhang mit geriatrischer Erkrankung:

- Trockene aufgesprungene Lippen / Cheilititis angularis: können zu rezidivierenden Infekten der Mundwinkel und Schmerzen bei der Nahrungsaufnahme führen
- Mundgeruch kann zur Beeinträchtigung von sozialen Interaktionen führen



- Mundbrennen führt zu reduzierter Nahrungsaufnahme und Prothesenkarenz
- Veränderung der oralen Mikrobiologie führt zu rezidivierenden Infekten der Mundhöhle (Candidose)
- Erhöhtes Kariesrisiko Schwierigkeiten einer zahnmedizinischen Versorgung

Die üblichen therapeutischen Empfehlungen wie "ausreichend Trinken". "Speichelstimulation" oder andere Ratschläge zur Symptomlinderung sowie veränderte Medikamenten mit weniger xerogenem Potential, die für jüngere Menschen durchaus gelten, greifen bei Pflegebedürftigen häufig zu kurz. Ältere Menschen, die auf Unterstützung und Pflege angewiesen sind, brauchen hier eine sehr individuelle Betreuung hinsichtlich der Organisation der empfohlenen Produkte und einem erhöhtem Recall in der zahnmedizinischen Betreuung. Ein praxistauglicher Ansatz abgeleitet aus der Augendiagnostik - Lackmusstreifen, die zur Diagnostik des trockenen Auges verwendet werden - wird derzeit an der Poliklinik für Zahnerhaltung und Parodontologie in Köln untersucht.

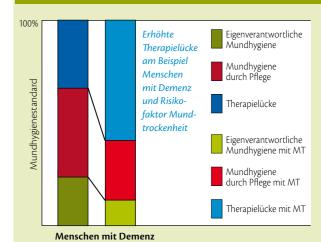
Den Mundgesundheits- und Mundpflegestandard lebenslang so hoch wie möglich zu halten sollte das erklärte Ziel sein. Welchen Unterstützungsbedarf ältere Menschen hierbei haben, hängt stark von der individuellen Lebenssituation ab. Dies muss insbesondere für die tägliche Mundpflegesituation eruiert werden.

Da Mundtrockenheit als Risikofaktor für eine schlechte Mundhygiene- und damit Mundgesundheitssituation zählt, wird der entstehende Bedarf für Unterstützung bei der täglichen Mundpflege hierdurch erhöht. Das Unterstützungsumfeld sollte daher für den Risikofaktor Mundtrockenheit sensibilisiert sein, diese erheben und objektiv diagnostizieren, um entsprechend frühzeitig die individuell notwendige Hilfe bei der Mundpflege anzupassen und zu organisieren.

Welche To-dos wurden im Vortrag abschließend zusammengefasst?

- das Bewusstsein für Mundtrockenheit sollte bei dem gesamten medizinischen und pflegerischen Umfeld älterer Menschen geschärft werden
- die Therapiekonzepte für jüngere Lebensalter sollten unter Berücksichtigung der individuellen Situation (Unterstützungsbedarf, Infrastruktur, Zugang zur Versorgung...) angepasst und organisiert werden
- Mundtrockenheit ist ein Risikofaktor mit Relevanz für geriatrische Syndrome
- Gerade die tägliche Durchführung von suffizienter Mundhygiene ist essentiell zum Erhalt lebenslang stabiler Mundgesundheit. Hierzu muss der individuelle Unterstützungsbedarf regelmäßig erhoben werden und die notwendigen Maßnahmen organisiert werden.

Mundtrockenheit als Risikofaktor im Gesamtkonzept Mundgesundheit



mit Demenz wird gezeigt, dass die eigenverantwortliche Mundhygiene nur einen kleinen Teil des für lebenslange Mundgesundheit erforderlichen Mundhygienestandards abdecken kann. Pflege und Unterstützungsumfeld können ebenfalls einen Teil der Mundhygiene abdecken. So entsteht eine Therapielücke. Mundtrockenheit als weiterer Risikofaktor für schlechte Mundhygiene verschärft das Problem und vergrößert die Therapielücke.

Am Beispiel eines Menschen

SONDERTHEMA

Mitarbeiter auf Social Media finden:

3 wichtige Punkte, die Zahnärzte erledigen müssen, bevor sie online Mitarbeiter begeistern können

Für die Personalgewinnung reicht es heutzutage schon lange nicht mehr, eine standardisierte Stellenausschreibung aufzugeben. Die Mitarbeiter von morgen tummeln sich vor allem an einem Ort: im Internet. Doch auch hier reicht es längst nicht, eine einfache Kampagne zu starten.



Leo McGuire

ist Experte in der Mitarbeitergewinnung für die zahnmedizinische Branche. Er hilft Zahnarztpraxen, mehr qualifizierte Mitarbeiter zu gewinnen. Dabei setzt er bewusst auf moderne Methoden und die sozialen Medien. Mittlerweile unterstützen Leo McGuire und sein Team der McGuire Marketing GmbH über 150 Zahnarztpraxen in ganz Deutschland dabei, mehr qualifizierte Mitarbeiter zu gewinnen.

Weitere Informationen unter:

www.leomcguire.de

"Zahnarztpraxen müssen vor allem an ihrem Unternehmensimage arbeiten, bevor sie sich auf Social Media auf Mitarbeitersuche begeben. Ein seriöser Onlineauftritt ist da der erste Schritt", sagt Leo McGuire. Er ist Recruiting-Spezialist mit dem Fokus auf Zahnarztpraxen und unterstützte bereits mehrere hundert Unternehmen bei der erfolgreichen Mitarbeitersuche. Gern nennt er im Folgenden drei essenzielle Faktoren, die Zahnärzte optimieren sollten, bevor sie online ins Rennen um Mitarbeiter gehen.

1. Punkt: Ein attraktiver Arbeitgeber sein

Bevor die Suche nach neuen Mitarbeitern beginnen kann, müssen zuerst die bestehenden Mitarbeiter zufrieden sein. Um zu einer attraktiven Arbeitgebermarke zu werden, muss eine Zahnarztpraxis Einiges für das Team tun, denn die Außendarstellung kann nur positiv ausfallen, wenn innen die Weichen richtig gestellt sind. Dabei sind das Arbeitsklima und die Mitarbeiterstruktur die wichtigsten Punkte. Wie ist der zwischenmenschliche Umgang im Team? Fühlen sich alle wertgeschätzt, arbeiten die Mitarbeiter motiviert und engagiert? Wird Eigeninitiative anerkannt, gibt es Fortbildungsmöglichkeiten? Finden auch hin und wieder Teamevents statt, die das Gemeinschaftsgefühl stärken? All diese Punkte sind nicht nur

wichtig, damit Neueinsteiger ein angenehmes Arbeitsumfeld vorfinden, sie lassen sich auch hervorragend für eine Recruiting-Kampagne nutzen.

Besonders wichtig ist es an dieser Stelle, das Team für die Mitarbeitergewinnung mit ins Boot zu holen. Gerade, wenn das Recruiting aus einer überlasteten Situation heraus gestartet wird, müssen die Mitarbeiter verstehen, dass neue Kollegen keine Konkurrenten bedeuten, sondern eine wichtige Entlastung. Auf der Basis einer positiven Grundhaltung übernehmen viele Mitarbeiter dann auch gern Verantwortung für den laufenden Recruiting-Prozess, etwa, indem sie ein Stelleninserat auf Social Media teilen. Mitarbeiter, die für ihren eigenen Arbeitgeber werben, haben einen ähnlichen Effekt wie positive Kundenmeinungen – sie zeigen, dass eine Bewerbung in der Praxis sich wirklich lohnt, weil der Arbeitgeber attraktiv ist und neue Fachkräfte willkommen sind.

2. Punkt: Sich als Arbeitgeber richtig darstellen und sichtbar werden

Sichtbarkeit ist das A und O einer effektiven Recruiting-Kampagne. Natürlich kann es sich auch lohnen, regional und offline die offene Stelle zu bewerben, zum Beispiel durch Inserate in der Tageszeitung oder einen Aushang. Die eigentliche Party findet heute aber online statt. Bewerber halten sich im Internet auf, ganz besonders die stillen Kandidaten, die nicht aktiv auf der Suche nach einem neuen Arbeitgeber sind, lassen sich gern auf Social Media Portalen inspirieren.

Die stillen Kandidaten sind deshalb so attraktiv, weil sie bereits über Berufserfahrung verfügen und mitten im Arbeitsleben stehen. Diese Bewerber erreichen Zahnarztpraxen am besten über Social Media und eine gut gestaltete Webseite mit einer Karriereseite. Eine solche Karriereseite kann mit der richtigen Unterstützung bereits in wenigen Tagen oder Wochen erstellt werden. Wichtig ist darüber hinaus auch ein einfaches Bewerbungsverfahren – das allerdings nicht zu einfach gestaltet sein sollte: "Andernfalls werden viele unverbindliche Bewerbungen eingereicht und die Bewerber erscheinen nicht zum abgesprochenen Termin. So können Unternehmen viel Zeit verschwenden", erklärt

ten ein, um eine Recruiting-Kampagne zu erstellen. Mitarbeitergewinnung online erfordert allerdings viel Erfahrung und Fingerspitzengefühl und ein sehr komplexes Know-how.

Unternehmen, die kein Geld verbrennen wollen, sollten daher unbedingt einen Experten hinzuziehen, der die Kampagne für sie gestaltet und durchführt. Ansonsten kann es passieren, dass die mühsam aufgebaute Arbeitgebermarke durch einfache Fehler ruiniert wird – und zwar innerhalb kürzester Zeit. Das erschwert nicht nur das weitere Recruiting, es kostet auch viel Geld. Besser ist es, den sensiblen Prozess gleich in die Hände eines Profis zu legen, der mit einem festen Budget auch schnell qualifizierte Bewerber gewinnt.



WELLNESS-TIPP GEWINNSPIEL

Willkommen im Landhotel Gasthaus Traunstein

Sein 60-jähriges Jubiläum feiert heuer das Landhotel Gasthaus Traunstein in Abtenau. Aus einer einst kleinen Jausenstation wurde das heutige komfortable Landhotel. Gemütlichkeit wird hier noch immer groß geschrieben. Dazu gekommen ist ein umfangreiches Angebot, das den Gästen in jeder Jahreszeit einen abwechslungsreichen und spannenden Urlaub bietet.

Malerische Bergkulisse

Das Hotel ist mit 52 Betten ausgestattet: modern, komfortabel und teilweise barrierefrei. Die Lage fasziniert auf den ersten Blick, das Hotel ist malerisch eingebettet in die Bergkulisse des Lammertals.





Direkt am Haus befindet sich eine Minigolfanlage, die Sommerrodelbahn ist ebenfalls schnell erreichbar. Außerdem gibt es zahlreiche Sport- und Freizeitmöglichkeiten.

Herrliche Region erkunden

In der kalten Jahreszeit



lockt das Gebiet zum Skifahren und Snowboarden. Vom Frühjahr bis zum Herbst ist die Abtenau ein Paradies für Wanderer und Bergsteiger. Am Hausberg Karkogel gibt es für Familien mit Kindern, aber auch für alle anderen Gäste ein umfangreiches Programm. Selbstverständlich kann man auch das gesamte Salzburger Land und die Dachstein-Region erkunden.

Modern, traditionelle Kulinarik

Die Küche lockt mit traditionellen Gerichte mit internationalem Touch: Ripperl, verschiedene Ofenkartoffel, Wokgerichte, aber natürlich darf auch das Wiener Schnitzel aus der Pfanne nicht fehlen. Für die Naschkatzen fehlt natürlich nicht der hausgemachte Kaiserschmarren oder die selbstgemachten Kuchen und Torten.

Übrigens: das Landhotel Gasthaus Traunstein führt das AMA Gütesiegel.

Wellness genießen

Neben den lukullischen Genüssen kommt auch die körperliche Erholung nicht zu kurz. Wer möchte, kann den im großzügigen Wellnessbereich genießen - Wärmebank, Sauna oder Infrarot stehen zur Verfügung – oder sich verwöhnen lassen mit unserem neuen Angebot der Wassermassage.

Gasthaus Landhotel Traunstein

Familie Pendl, Au 66, 5441 Abtenau Telefon: +43 (0)6243 2438 E-Mail: info@gasthaustraunstein.at Web: www.gasthaustraunstein.at

Mitmachen und gewinnen!

Wir verlosen einen Gutschein für ein Wochenende für 2 Personen inkl. Halbpension im Landhotel Gasthaus Traunstein.

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 10. Dez. 2022. Der/die Gewinner/in wird schriftlich verständigt. Viel Glück!

WER WEISS ES ... Dafür oder dagegen, ... und contra Der .. - Wert gibt an, wie sauer oder basisch eine Lösung ist Der vorletzte Buchstabe im Alphabet ist ein? 6



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

Umlaute Ä, Ö, Ü als solche eintragen!

030	M C 2 A	۷U
4	_	Ι,

v	•	•	•	
			Т	

6	

Teilnahmebedingungen: Ausgeschlossen von der Teilnahme am prophy Gewinnspiel sind Mitarbeiter von der CP GABA GmbH 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.

Name:		
Anschrift:		
Postleitzahl / Ort:		
Telefon:		
E-Mail:		
Lösungswort:		

WIR GRATULIEREN...

... Frau Bianca Wartbichler zum



Gewinn, die den Hotelaufenthalt gemeinsam mit ihrer Arbeitskollegin Julia Steiger (rechts) verbringen wird.

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

frankieren und an folgende Adresse einsenden:



Versiegeln & stärken Sie Ihren Zahnschmelz



Forschung für Gewissheit

Die elmex-Produktfamilie ist die Nr. 1-Empfehlung bei einer repräsentativen Online-Um-frage bei 301 Zahnörzten in Deutschland im Sep 2021, gefragt nach Marken-Empfehlungen für Zahnpasten im Bereich Zahnschmetzerosion