

Mit solchen gesunden und gepflegten Zähnen fällt das Lachen leicht.

UNI-STUDIE

«Zähne in einer Stunde»?

In letzter Zeit wurde diese Methode in den Medien als ein stark vereinfachtes Verfahren propagiert, bei dem die Implantate mit einer Bohr-Schablone gesetzt und die Zähne in der gleichen Sitzung auf den unmittelbar in den Kieferknochen gesetzten Implantaten verankert werden. Die Erfolgsrate der Methode ist aufgrund vieler technischer Komplikationen gering und noch in der Entwicklungsphase. Dies gemäss einer Studie der ZMK der Universität Zürich.

Risikofaktor Nikotin

Eine Implantatbehandlung ist keine schnelle Sache, sondern dauert von der Abklärung bis zur Operation und der Anfertigung des Zahnersatzes zwei bis sechs Monate. Im Rahmen der Voruntersuchung des Patienten macht der Arzt auch Röntgenaufnahmen, um sicherzugehen, dass genügend Kieferknochen für die Implantation zur Verfügung steht. Denn beim Eingriff wird das Zahnfleisch geöffnet und das Implantat in den Knochen eingeschraubt. Je nach Anzahl der Implantate dauert die Operation zwischen 30 Minuten und zwei Stunden und erfolgt unter Lokalanästhesie.

Ist der Patient aus der Wachstumsphase raus, also mindestens 20 Jahre alt, gibt es nur wenige Einschränkungen für eine Implantatbehandlung. «Wichtigste Risikofaktoren sind eine eingeschränkte Wundheilung, mangelnde Mundhygiene, Zähneknirschen und insbesondere der Nikotinkonsum», sagt Gianni Cantelmi. Rauchen beeinträchtigt die Einheilung des Implantats erheblich. *

WEITERE INFORMATIONEN

Implantat Stiftung Schweiz:
Tel. 031 312 43 16/15.
www.implantatstiftung.ch

INFOS

Die Kosten

Für eine Standardbehandlung (Einzelimplantat mit Krone ohne Knochenaufbau) muss man mit rund 4000 Franken rechnen. Die Kosten können stark variieren, sind von Region zu Region verschieden. Wichtig: Lassen Sie sich vor Beginn der Behandlung einen Kostenvoranschlag erstellen und über die Zahlungsmöglichkeiten informieren. Krankenkassen übernehmen zahnärztliche Behandlungen in der Regel nicht.

GESUNDHEITS-NEWS

Hier wird's konkret!

«Wie kräftige ich am besten meine Bauchmuskulatur?» «Ist mein Körperfettanteil zu hoch?» «Woran erkenne ich ein gutes Fitnessstudio?» Diese und 63 weitere Fragen zum Thema Bewegung und Fitness beantwortet ein kleiner Ratgeber, der von zwei Sportlehrern geschrieben wurde, die sich vor allem mit Prävention und Rehabilitation beschäftigen. Wer ihn erwirbt, hat vielleicht viel mehr Lust, sich richtig zu bewegen! «Bewegung und Fitness», 66 Fragen und Antworten, Gondrom Verlag, ca. 12 Franken.



Mit Begleitung geht's besser

Wer eine Diät nicht ganz alleine angeht, sondern professionelle Hilfe bekommt, hat grössere Chancen, wirklich Gewicht zu verlieren. Zu diesem Ergebnis sind Forscher im schottischen Edinburgh gelangt. In einer Studie mit mehreren Gruppen schnitten die Frauen, die rundum betreut wurden, am besten ab und verloren nicht nur Gewicht, sondern zeigten auch bessere Blutwerte. Am wirkungsvollsten ist eine langfristige Betreuung, mindestens über ein Jahr.

Brot und Kartoffeln müssen sein

Kohlenhydrate machen dick – dieses Vorurteil wird von vielen Diäten gestützt. Low Carb, Atkins und wie sie alle heissen. Kartoffeln, Brot und Teigwaren gehören dabei nicht auf den Tisch von Linienbewussten. Britische Forscher warnen aber eindringlich vor diesem Trend. Der menschliche Körper braucht Kohlenhydrate: für den Muskelaufbau und fürs Hirn. Zudem enthalten sie wertvolle Vitamine, Mineralien und Ballaststoffe, ohne die die Verdauung nicht gut funktioniert. Gerade Kartoffeln sind vollgepackt mit Vitamin C, enthalten Kalium, das den Blutdruck reguliert und Phosphor für Knochen und Zähne. Nur Pommes Chips und Frites geht man besser aus dem Weg.



Alzheimer-Verdacht: Rasch handeln!

Heilbar ist die Alzheimer-Krankheit leider nicht. Da man sie aber mit Medikamenten und psychomotorischen Übungen beeinflussen kann, ist es wichtig, bei den ersten Anzeichen den Arzt aufzusuchen. Das können Gedächtnislücken sein oder die Schwierigkeit, beim Sprechen die richtigen Wörter zu finden. Mit Antidementiva kann der Verlauf der Krankheit verlangsamt werden – aber nur, wenn diese rechtzeitig zum Einsatz kommen.

Anzeige

Rückenschmerzen? Hochdosierter Wallwurz-Extrakt hilft

Viele Schweizer quält die Last mit dem Kreuz, Muskel- und Nervenschmerzen bestimmen zunehmend den Alltag und nehmen die Freude an der Bewegung. Der hochdosierte Wallwurzextrakt in der Kytta Salbe bringt wirksame Hilfe. Auch erhältlich als Kytta Balsam mit wärmendem Effekt.

- Schmerzlindernd
- Entzündungshemmend
- Abschwellend



Lesen Sie die Packungsbeilage! Erhältlich in Apotheken und Drogerien. Iromedica AG, 9014 St. Gallen