

Heute in der Sprechstunde: Karies

Die häufigsten Krankheiten in Berlin und Brandenburg



Zahn gesund - Mensch gesund: Diese alte Volksweisheit wird durch neue Studien belegt. Heute wissen Forscher, daß entzündete Zahnbetten und un-

behandelte Kariesstellen den gesamten Körper krank machen können. Sie sind ein möglicher Auslöser für Diabetes und Frühgeburten, können zu Atemwegserkrankungen führen und

das Herz-Kreislaufsystem schädigen. In einer aktuellen Untersuchung der Techniker-Krankenkasse ist die Zahl der 12-Jährigen mit gesunden Zähnen innerhalb von vier Jahren von 38 auf 60 Prozent gestiegen. Gleichzeitig aber steigt

die Zahl der Erstkläßler mit Karies-Zähnen dramatisch: Eine Folge der wachsenden Gewohnheit, kleinen Kindern ständig Nuckelflaschen zu geben. Nuckeln führt zu Karies - und jedes zweite Milchzahnloch bleibt unbehandelt! Für eine Krone mit Stiftaufbau zahlt ein Erwachsener heute

rund 180 Euro selbst. Für eine Brücke steigt der Eigenanteil auf fast 700 Euro. Jeder dritte Kosten-voranschlag eines Berliner Zahnarztes führt nicht zur Behandlung: zu teuer, finden die Patienten. Gleichzeitig boomt der Zahntourismus: Immer mehr Berliner

und Brandenburger fahren nach Polen, Ungarn oder Tschechien. Dort behandeln Zahnärzte sie für ein Drittel der Kosten. AOK Brandenburg und City-BKK Berlin und Hamburg kooperieren neuerdings mit ausgewählten Praxen: Der Patient sitzt auf dem Stuhl, der Arzt mailt der Kasse

„Bildnis Frau Isabel Styler-Tas (Melancolia)“ von Salvador Dalí (1945)

Das Werk: Der reiche Juwelenhändler Louis Tas beauftragte Dalí, seine Tochter zu malen. Obwohl Auftragswerk - geschönt ist dieses Bildnis (Öl auf Leinwand, 66x86 Zentimeter) nicht... Heute in der Neuen Nationalgalerie. **Der Künstler:** Bekannt wie ein andalusischer Hund. Salvador Dalí (1904-1989) trug als Student seine Pinsel um die Hüften gebunden, später gerne mal Taucheranzug - 1936 wäre er darin fast erstickt, bei einem Vortrag in London. Er schuf die „paranoisch-kritische Methode“, veröffentlichte eine „Erklärung der Rechte des Menschen auf seine Verücktheit“. Seine Beweggründe beschreibt er selbst: „Ich mußte es zu Ruhm bringen, um mich für die Kränkung zu rächen, die der Tod meiner Mutter, die ich so hingebungsvoll verehrte, für mich bedeutete.“ Mehr in dem von der Berliner Morgenpost herausgegebenem Buch „Highlights der Weltkultur - Berlin.“ (10,80 Euro ISBN 3-933100-15-1)

DER LEIDENDE PATIENT ERZÄHLT

Metin Kitir (34) aus Charlottenburg hat Karies. Aber er will da für sorgen, daß die Kinder von heute bessere Zähne haben.

Er sagt: „Meine Zähne sind nur vorn noch gesund, die Schneidezähne. In allen anderen habe ich Löcher - Karies ohne Ende!“ Schuld waren Cola und Schokoriegel. Wenn Metin als Kind ein bißchen Geld hatte, wenn er mit Mama einkaufen ging, wenn er Durst hatte in der Pause: Cola. Und ein Schokoriegel. „Meine Eltern wußten es nicht besser - Zahnpflege war bei uns kein Thema. Zahnbürste? Vielleicht war mal eine da. Sie kamen aus armen Verhältnissen, waren froh, ihren Kindern Süßigkeiten bieten zu können“, sagt Metin Kitir, „bis die Zahnschmerzen immer schlimmer wurden.“

Mit 15 sagte die Zahnärztin zu Metin: „Keine Cola mehr!“ Mit 17 sagte seine große Schwester: „Putz dir mal die Zähne - wie sieht das sonst aus!“ Metin wollte gut aussehen. Und er schaffte, was nur wenige Jugendliche von sich aus schaffen: Disziplin.

„Eisern - kein Schokoriegel mehr, Cola nur noch, wenn ich abends weggehe. Und jeden Tag zwei-mal die Zähne putzen!“

Jetzt überlegt er, ob er sich professionell die Zähne reinigen läßt: „Wellness für die Zähne, kostet 84 Euro - aber vielleicht ist das sinnvoll! Für meine letzte Krone mußte ich fast 1000 Euro selbst bezahlen!“

Sein kleiner Lebensmittelladen in Charlottenburg heißt „Onkel Metin“. Weil man als Mann ja schlecht „Tante Emma“ sein kann. Und Onkel Metin sorgt sich um die Zähne der Grundschul Kinder von nebenan: Wenn die mit ihrem Taschengeld kommen, überredet er sie zu zahnfreundlichen Süßigkeiten.

Ein Zucker-Lolli kostet 20 Cent, ein zahnfreundlicher ohne Zucker 50 Cent. Das findet er ungerecht. Deshalb macht Onkel Metin einen gerechten Preis: 30 Cent für beide. Immer mehr von seinen Kunden-Kids nehmen den gesunden.

Metin Kitir (34) aus Charlottenburg hat Karies - er weiß auch, warum: Als Kind liebte er Schokoriegel und Cola

DIE RATSCHLÄGE DES EXPERTEN



Professor Klaus Roland Jahn (62) ist Chefarzt der Klinik für Zahnerhaltung an der Charité. BILD Wie alt werden Zähne? „So alt wie Sie! Wenn Sie nett zu ihnen sind.“ BILD Warum brauchen wir dann so viele teure „Dritte“? „Weil wir uns zu wenig kümmern.“

BILD Wir müssen also die Bakterien im Mund besser bekämpfen? „Schaffen Sie nicht. Sie haben mehr Bakterien im Mund als es Menschen gibt auf der Erde, und so gar direkt nach dem Zähneputzen sind es immer noch Milliarden.“

BILD Klingt nach einem hoffnungslosen Kampf! „Nein! Vergessen Sie einfach die Bakterien. Kümmern Sie sich um die Zahnbeläge: Die müssen runter. Denn in ihnen wird Zucker vergoren und Säuren entstehen, die den Zahnschmelz entkalken.“

BILD Wie kriegt ich die ab? „Da gibt's leider keine neue Methode: Sie müssen putzen. Mit kreisenden Rüttelbewegungen, nicht horizontal, zweimal am Tag mindestens 3 Minuten.“

BILD Da geht ja meine Elektrozahnbürste vorher von alleine aus! „Nein! Sie summt oder leuchtet bloß - schon nach 1 - 2 Minuten, weil die Industrie die Kunden nicht ärgern will. Ignorieren Sie das Signal und putzen Sie weiter. 3 Minuten!“

BILD Erbt man schlechte Zähne nicht sowieso? „Ausredel! Der genetische Einfluß ist gering. Man erbt höchstens schlechtes Zahnputz-Verhalten.“

BILD Es heißt, wenn eine Mutter während der Schwangerschaft oft krank ist, werden die Zähne des Kindes nicht richtig angelegt... „Quatsch. Die Zähne holen sich beim Wachstum, was sie brauchen. Keine Studie belegt so einen Zusammenhang.“

BILD Putzen die Deutschen gut? Überall dieses strahlend weiße Lächeln... „Täuschung! Nicht mal jeder zehnte putzt ordentlich. 100 bis 120 Millionen Zahnbürsten kaufen die Deutschen im Jahr. Eine Bürste hält 6 bis 8 Wochen. Demnach müßten fast 600 Millionen verkauft werden.“

BILD Was raten Sie? „Fluoridiertes Salz und Fluorid-Zahncreme nehmen - Fluorid fördert die Remineralisierung des Zahnschmelzes. Zusätzlich empfehle ich dringend Zahnlack oder Gel einmal pro Woche - selber Grund.“

BILD Ist saures Obst schlecht? „Die Zähne sollte man nicht direkt danach putzen, weil der Schmelz angegriffen ist. Lieber ein Glas Milch trinken - die repariert die äußerste Schmelzschicht.“

BILD Kronen und Brücken in Osteuropa sind viel billiger - zu empfehlen? „Ich würde es nicht tun. So was Wichtiges wie Zähne sollte man da machen lassen, wo man den Arzt kennt - und der Arzt weiß, daß man wiederkommen könnte!“

DIE NEUESTEN HEILMETHODEN, MEDIKAMENTE

► **Implantat** Es gibt neuartige Materialien (z.B. Titan-Beschichtungen), die bewirken sollen, daß das Zahnfleisch an ihnen wie an einem Zahn festwächst. Noch experimentell. Denn bisher umhüllt das Zahnfleisch das Implantat nur wie eine Gummi-Manschette, Bakterien können eindringen und den Kieferknochen schädigen. Fragen Sie, ob Ihr Zahnarzt auf dem neusten Stand ist!

► **Impfstoff gegen Karies** Noch in der Forschung. Problem: Er würde dauerhaft in die Ökologie der Mikroorganismen im Mund eingreifen - das beeinflusst auch die Darmflora.

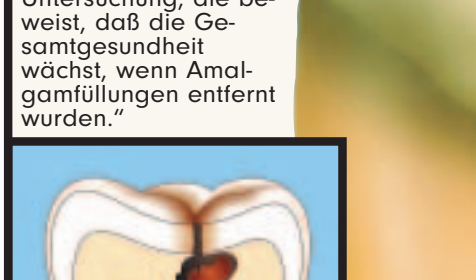
► **Kautabletten** Schon im Versuchslabor: Die Tablette soll vorübergehend (also während einer Mahlzeit) jene Keime im Mund bekämpfen, die Karies verursachen.

► **Professionelle Zahnreinigung** Neuer Trend in Zahnarztpraxen und extra dafür eingerichteten Zahn-Wellness-Studios. Für rund 80 Euro entfernt ein Spezialist mit Bürsten, Wasser- und Ozonstrahlen Zahnbeläge, entfernt Verfärbungen, poliert die Zahnoberfläche und verschleißt winzige Risse mit Speziallack. So lassen sich die Speisereste entfernen, die der Körper sonst fest einbaut: Er schiebt im Speichel Miner-

ralstoffe, die den Zahnschmelz härten sollen - die härten aber auch die Beläge. Profi-Zahnreinigung ist in der Schweiz längst normal - vielleicht auch, weil es da keine Zahn-Krankenversicherung für alle gibt.

► **Amalgam** Muß nach neuen Erkenntnissen nicht mehr entfernt werden. Professor Jahn von der Charité: „Es gibt keine einzige statistisch relevante Untersuchung, die beweist, daß die Gesamtgesundheit wächst, wenn Amalgamfüllungen entfernt wurden.“

Das Karies-Loch ist von oben in den Zahn gedrungen, höhlt ihn aus. Schon hat sich unterhalb der Höhle ein feiner Kanal ins Zahninnere (Pulpa) gebildet. Die gesamte rechte Seite ist entzündet bis unten in die Wurzelspitze



Schwarz zieht sich die Karies (griechisch: „Schwärze“) durch die schmalen Kerben (Fissuren) im Zahn. Hier lagern Essensreste besonders hartnäckig

HIER FINDEN SIE HILFE

Über Zahnärzte, die auf besondere Methoden (z.B. Hypnose gegen Angst) spezialisiert sind, informiert in Berlin: **Landes Zahnärztekammer**, Stallstraße 1, 10585 Berlin, Tel. 030/348080, www.zaek-berlin.de

Brandenburger Zahnärztekammer, Parzellenstraße 94, 03046 Cottbus, Tel. 0355/381480, www.lzkb.de

Überregionale Infos: Deutsches Grünes Kreuz, Sektion Zahngesundheits, Schuhmarkt 4, 35037 Marburg, Tel. 06421/2930

Zahnärztekammer und Kassenärztliche Vereinigung haben eine gemeinsame **Patientenberatungsstelle:** Georg-Wilhelm-Strasse 16, 10711 Berlin, Tel. 030/890040. Hier informieren Fachleute (telefonisch oder persönlich) über Zahnerhaltung, Zahnersatz, Parodontologie, Kieferchirurgie

Notfalldienst an Wochenenden - Info: Tel. 030/89004-333 **Notdienst täglich von 20 bis 2 Uhr:** **Krankenhaus Friedrichshain** (Haus 28), Landsberger Allee 49, 10249 Berlin, Tel. 030/4221-1437 **Zahnklinik Süd der FU**, Aßmannshauser Straße 4-6, 14197 Berlin, Tel. 030/8445-6379

Infos im Internet: www.zahnratgeber.de www.zahnwissen.de **Organisation für Zahnarzt-Behandlung in Polen, Ungarn und Tschechien:** Zahnarzt-Planet, Rudolstädter Straße 108a, 10713 Berlin, Tel. 030/643272, www.zahn-planet.com

WAS MUSS ICH FÜR MEINEN KÖRPER TUN MIT

10 Jahren ► **Putzen lernen!** Loch im Backen-Milchzahn? Ab zum Zahnarzt! Karies kann sich durchfressen zum neuen Zahn darunter.

► **Vorsicht vor Cola:** Sie löst die Zahnhartsubstanz, weil sie im sauren pH-Wert liegt. Schließen Sie schon jetzt eine Zusatzversicherung für Zahnersatz ab - je älter Sie werden, desto teurer sind die Beiträge.

20 Jahren ► **Achten Sie auf Löcher** - bis 40 Jahre ist Karies der häufigste Grund für Zahnarztbesuche. Nach Wein, Obstsaft, saurem Obst eine halbe Stunde warten mit dem Putzen, denn sie greifen die äußerste Schmelzschicht an, man putzt sie sonst ab. Der Speichel kann sie aber reparieren.

► **Ab jetzt ist die Parodontitis (Zahnfleischentzündung) der Hauptgrund für Zahnprobleme.** Um so wichtiger: **Beläge bekämpfen**, denn die wachsen sonst unter den Zahnfleischrand, so entsteht die Entzündung. **Zahnseide, Zahnwischraum-Bürste: Keine Scheu vor neuen Putzhilfen!**

30 Jahren ► **Kämpfen Sie um den Erhalt Ihrer Zähne!** Wenn der Zahnarzt ziehen will, fragen Sie noch einen Zahnarzt! Nichts Künstliches ist besser als der eigene Zahn.

40 Jahren ► **Jetzt tun Löcher viel leichter nicht mehr weh, weil der Nerv schon tot ist** - trotzdem muß jedes Loch repariert werden, sonst entzündet sich Zahnfleisch und Kiefer! Also: **regelmäßig zur Prophylaxe (Vorbeugung).**

50 Jahren ► **Wenn Sie Zähne verlieren lassen Sie sich ausführlich und möglichst von mehreren Zahnärzten über „Dritte“ beraten.** Implantat? Sieht gut aus, langwierige Einsetz-Behandlung, teuer, muß sehr gründlich geputzt werden. Prothese? Muß sehr gut sitzen, leichter zu reinigen, billiger, fühlt sich vielleicht weniger sicher an.

60 Jahren ► **Wenn Sie Zähne verlieren lassen Sie sich ausführlich und möglichst von mehreren Zahnärzten über „Dritte“ beraten.** Implantat? Sieht gut aus, langwierige Einsetz-Behandlung, teuer, muß sehr gründlich geputzt werden. Prothese? Muß sehr gut sitzen, leichter zu reinigen, billiger, fühlt sich vielleicht weniger sicher an.

70 Jahren ► **Wenn Sie Zähne verlieren lassen Sie sich ausführlich und möglichst von mehreren Zahnärzten über „Dritte“ beraten.** Implantat? Sieht gut aus, langwierige Einsetz-Behandlung, teuer, muß sehr gründlich geputzt werden. Prothese? Muß sehr gut sitzen, leichter zu reinigen, billiger, fühlt sich vielleicht weniger sicher an.



Modernisierung Miete steigt um fast 100 Prozent

Die 2004 Jahr privatisierte Wohnungsbaugesellschaft GSW will in der Wohnanlage „Grüne Stadt“ in der Greifswalder Straße (Prenzlauer Berg) die Nettokaltmiete um bis zu 2,60 Euro pro qm Wohnfläche steigern (derzeit liegt sie bei 2,91 Euro). Grund: Modernisierung. Berlin hatte die GSW für 405 Mio. Euro an ein Konsortium um das US-amerikanische Investmentunternehmen Cerberus verkauft. Es übernahm 65 000 Wohnungen und 1,6 Mrd. Euro Schulden.

Diebe machen Trompeter arbeitslos

Ein Trompeter ohne Trompete? Liebe Diebe, das war gemein! Direkt vor dem Konzerthaus im CCC in Brandenburg (Havel) wurde Symphonie-Musiker Martin S. (35) jetzt sein Handwerkszeug geklaut. Der Bläser hatte die Instrumente vor der Probe im Kofferraum seines Mercedes eingeschlossen, wollte noch kurz was essen gehen. Um 18.30 Uhr dann der Schock: Kofferraum leer, die beiden wertvollen Trompeten (Marke „Monke“ und „Martin Peter“) weg! Martin S. traurig: „Ich habe das eine Instrument extra für mich umbauen lassen, brauche beide unbedingt wieder.“ Eine Trompete des Typs „B“ hat die Seriennummer 1. Die andere ist eine messingfarbene „Piccolo“. Gesamtwert: 3500 Euro. Hinweise an die Polizei unter Tel. 03381/5600. ch

Gestern behandelte BILD die Volkskrankheit Brustkrebs. Heute dazu die wichtigsten Leser-Fragen an die BILD-Experten

Von SANDRA GOLZ Angst-Thema Brustkrebs. Am Sprechstunde-Telefon in der BILD-BOX beantworteten gestern zwei Experten die Leser-Fragen: Dr. Friedrich-Wilhelm von Hessler (53), Chefarzt der Klinik für Plastische, Ästhetische und Mammachirurgie im Helios Klinikum Emil von Behring, und Charité-Klinikdirektor Prof. Dr. Kurt Possinger (59).

ist die einfachere OP. Ist das aber nicht möglich, kann man auch körpereigenes Gewebe verwenden. **Sabine F. (24), Optikerin aus Marzahn:** Wie erkenne ich Knoten? „Am besten, Sie tasten immer nach der Regelbildung ab. So lernen Sie Ihre Brust kennen, Veränderungen fallen Ihnen schneller auf.“ **Katarina J. (44), Friseurin aus Kreuzberg:** Ich habe Krebs, aber Angst vor dem Verlust der Brust. Muß sie wirklich weg? „In der Regel nein. Nur bei 30 Pro-

zent der Patientinnen muß sie entfernt werden. Eine frühzeitige Erkennung kann das oft verhindern!“ **Am BILD-Telefon:** die Experten Prof. Dr. Kurt Possinger und Dr. Friedrich-Wilhelm von Hessler Foto: SENFLEBEN

Valerie M. (39), Juristin aus Friedrichshain: Meine Großmutter hatte Brustkrebs, wie groß ist das Risiko bei mir? „Die größten Risikofaktoren sind Alter oder spätes Kinderkriegen. Nur selten ist eine familiäre Häufung der Grund. Gehen Sie aber dennoch regelmäßig zur Vorsorge.“ **Martina A. (45), Beamtin aus Zehlendorf:** Ich habe Angst vor Röntgenstrahlung, reicht Ultraschall als Vorsorge? „Nein, beim Ultraschall werden kleine Mikroverkalkungen, die oft

erste Anzeichen von Brustkrebs sind, nicht erkannt. Die Mammographie ist die sicherste Methode zur Früherkennung.“ **Hertha F. (60), Hausfrau aus Rudow:** Ich will partout keine Chemotherapie, gibt es Ersatzvarianten? „In speziellen Fällen reicht auch eine Hormontherapie. Fragen Sie Ihren Arzt, ob es bei Ihnen möglich ist.“ **Katja O. (52), Werbekauffrau aus Schildow:** Mein Krebs wurde geheilt, wie wichtig ist Nachsorge? „Sehr wichtig! Unbedingt regelmäßige Arztgespräche, Untersuchungen und eine jährliche Mammographie!“ **Manuela P. (51), Schneiderin aus Köpenick:** Ist die Wiederherstellung der Brust aus dem Gesäß nur bei schlanken Frauen möglich? „Im Gegenteil, bei extrem Schlanken ist gar nicht genug Gewebe zum Entnehmen da. Bei sehr dicken Menschen ist das Gewebe nicht ausreichend durchblutet. Am besten geeignet sind Normalgewichtige.“

Haben Sie Fragen zum Thema Karies? Dann rufen Sie heute die Experten in der BILD-BOX an!

Von 12-14 Uhr beantworten heute Mediziner am BILD-Telefon Ihre Fragen zum Thema Karies. Die wichtigsten Antworten lesen Sie morgen. Die Telefonnummer: **030/2510 805-06**



Martin S. (35) kann ohne seine Trompeten nicht mehr proben Foto: LABES