

zahnarztpraxis

OPPSRING
hier liegen sie richtig.

NEUE PAR-RICHTLINIE

Weiterhin kraftvoll zubeißen –
verbesserte Versorgung
für Kassenpatient:innen

**MOLAREN-INZISIVEN-
HYPOMINERALISATION**

Was steckt hinter der
„Kreidezahn-Krankheit“ bei Kindern

LACHGASSEDIERUNG

Die risikoarme Alternative zur
Vollnarkose für Angst-Patient:innen

NR. 06

LÜCKENFÜLLER

LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

der letzte Lückenfüller ist vor rund zwei Jahren erschienen – ein relativ langer Zeitraum, in dem sehr viel passiert ist und wir mit vielen Herausforderungen konfrontiert waren. Umso mehr freuen wir uns über diese neue Ausgabe mit vielen abwechslungsreichen und spannenden Themen aus unserem Praxis-Alltag – und wie gehabt auch etwas Unterhaltung für unsere ganz jungen Gäste.

Wussten Sie zum Beispiel, dass gesetzlich versicherte Parodontitis-Erkrankte seit einigen Monaten ganz neue Behandlungsmöglichkeiten haben, die von den Kassen bezahlt werden? Über die sogenannte PAR-Richtlinie, die das möglich macht, informieren wir Sie umfassend.

Ein weiteres hochaktuelles Thema sind die sogenannten Kreidezähne, eine Krankheit, die bei Kindern mittlerweile häufiger vorkommt als Karies. Wir zeigen Ihnen, was wir

in unserer Zahnarztpraxis gegen bröckelnde Kinderzähne tun können und welchen Beitrag Sie zur Prävention leisten können.

Gute Nachrichten auch für Angstpatientinnen und -patienten: Mit der Lachgassedierung bieten wir bei Oppspring eine einfache und schonende Möglichkeit, damit sie keine Schweißperlen auf dem Behandlungsstuhl bekommen. Wie die Lachgassedierung funktioniert, für wen sie sich eignet und für wen nicht, darum geht es in einem weiteren Bericht.

Und dass Snacks durchaus zahnfreundlich sein können, beweisen wir Ihnen mit zwei zuckerfreien Rezepten.

Viel Vergnügen wünscht Ihnen Ihr Team der Zahnarztpraxis Oppspring


Dr. Julia Grätsch


Dr. Roland Althoff


Dr. Yvonne Knyhala


Dr. Uwe Hildebrand

2



i

DAS TEAM DER ZAHNARZTPRAXIS OPSPRING

Dr. med. dent.
Julia Grätsch
Schwerpunkte:
Implantologie und
Oralchirurgie

Dr. med. dent.
Roland Althoff M.Sc.
Schwerpunkte:
Endodontologie, Ästhetisch-
rekonstruktive Zahnmedizin
und CMD-Therapie

Dr. med. dent.
Yvonne Knyhala
Schwerpunkt:
Kinderzahnheilkunde

Dr. med. dent.
Uwe Hildebrand M.Sc.
Schwerpunkte:
Parodontologie und
Prothetik

AUS DEM PRAXISALLTAG

Gerade in schwierigen Zeiten zeigt sich, wie gut ein Team wirklich ist, heißt es. Wir sind stolz darauf, wie dies in den letzten Monaten in der Zahnarztpraxis Oppspring positiv bestätigt wurde. Den enormen Herausforderungen durch Corona zum Trotz haben sich unsere Teammitglieder besonders engagiert und gegenseitig unterstützt. Durch diesen tollen Zusammenhalt konnten wir auch unsere Patientinnen und Patienten mit der gewohnten Freude bei der Arbeit, Kompetenz und Empathie versorgen und beraten. Dafür möchte sich die Praxisleitung bei allen Beteiligten ausdrücklich bedanken!

Der gute Zusammenhalt in der Zahnarztpraxis Oppspring spiegelt sich auch in der Betriebszugehörigkeit vieler Teammitglieder wider. So konnten wir in den letzten Monaten einige bemerkenswerte Jubiläen feiern und Mitarbeitende nach vielen Jahren in den Ruhestand verabschieden.

Jubiläen

Sahra O. gehört seit 20 Jahren zum Praxisteam. In der Kinderpraxis führt sie mit viel Empathie und Freude die Assistenz in der Kinderzahnbehandlung durch.

Saskia St. ist ebenfalls seit 20 Jahren festes Teammitglied. Unsere Dentalhygienikerin ist als kompetente, akribische und einfühlsame Leitung der Prophylaxeabteilung nicht aus unserem Team wegzudenken.

Und sogar ein drittes Teammitglied hält der Zahnarztpraxis Oppspring seit zwei Jahrzehnten die Treue und bereichert die Prophylaxe-Abteilung mit ihrer Kompetenz: Herzlichen Dank auch an Karla H.!

Stolze 30 Jahre verstärkt Andrea G. die Zahnarztpraxis Oppspring. Die Koordinatorin der Abteilung Implantologie sowie Oralchirurgie hat den Überblick in der Chirurgie und deren Rezeption – und natürlich immer ein offenes Ohr für Patientenwünsche.

Ruhestand

Im April 2021 ging Doro V. in den wohlverdienten Ruhestand. Seit 1999 war sie eine feste Größe im Assistenzteam. Wir werden ihre fröhliche und engagierte Art sehr vermissen.



Nach 40 Jahren verabschiedete sich im April diesen Jahres ein weiteres Urgestein in den Ruhestand. Wir werden die Expertise unseres Laborleiters Horst M., seine kreative Art und sein Talent auch für „unmögliche“ Situationen eine Lösung zu finden vermissen. Gleichzeitig freuen wir uns, dass wir gemeinsam mit ihm eine sehr kompetente und würdige Nachfolgerin aufbauen durften: Ab April 2022 wird Yvonne L. die Leitung unseres Praxislabors übernehmen.

Fortbildung / Ausbildung

Um die Behandlungsqualität für unsere Patientinnen und Patienten stetig zu verbessern, fördern wir die Fähigkeiten unseres Teams ganz individuell. Viele Fortbildungen zu spezifischen Themen wurden von uns im vergangenen Jahr absolviert.

Außerdem hat unsere Mitarbeiterin Karina R., zuvor Stuhlassistenz, ihr Aufgabengebiet verändert: Sie ist in unsere Abrechnungsabteilung gewechselt. Dafür hat sie zuvor erfolgreich die Weiterbildung zur Assistentin für zahnärztliches Praxismanagement abgeschlossen.

Neu im Team

Unser zahnärztliches Team hat tatkräftige neue Unterstützung bekommen: Frau Dr. Christina Pohlkamp ist spezialisiert auf die Bereiche Endodontie und Frontzahnästhetik.

Celine M. hat zudem erfolgreich ihre Abschlussprüfung als Zahnmedizinische Fachangestellte abgeschlossen und arbeitet nun Vollzeit im Assistenzteam.

PARODONTITIS- BEHANDLUNG AUF NEUEM NIVEAU

GUTE NACHRICHTEN FÜR GESETZLICH VERSICHERTE MIT PARODONTITIS:

Ihre Therapiemöglichkeiten haben sich durch eine seit Mitte 2021 geltende neue Richtlinie stark verbessert. Wir zeigen Ihnen, was hinter der sogenannten PAR-Richtlinie steckt und wie Sie davon profitieren können.

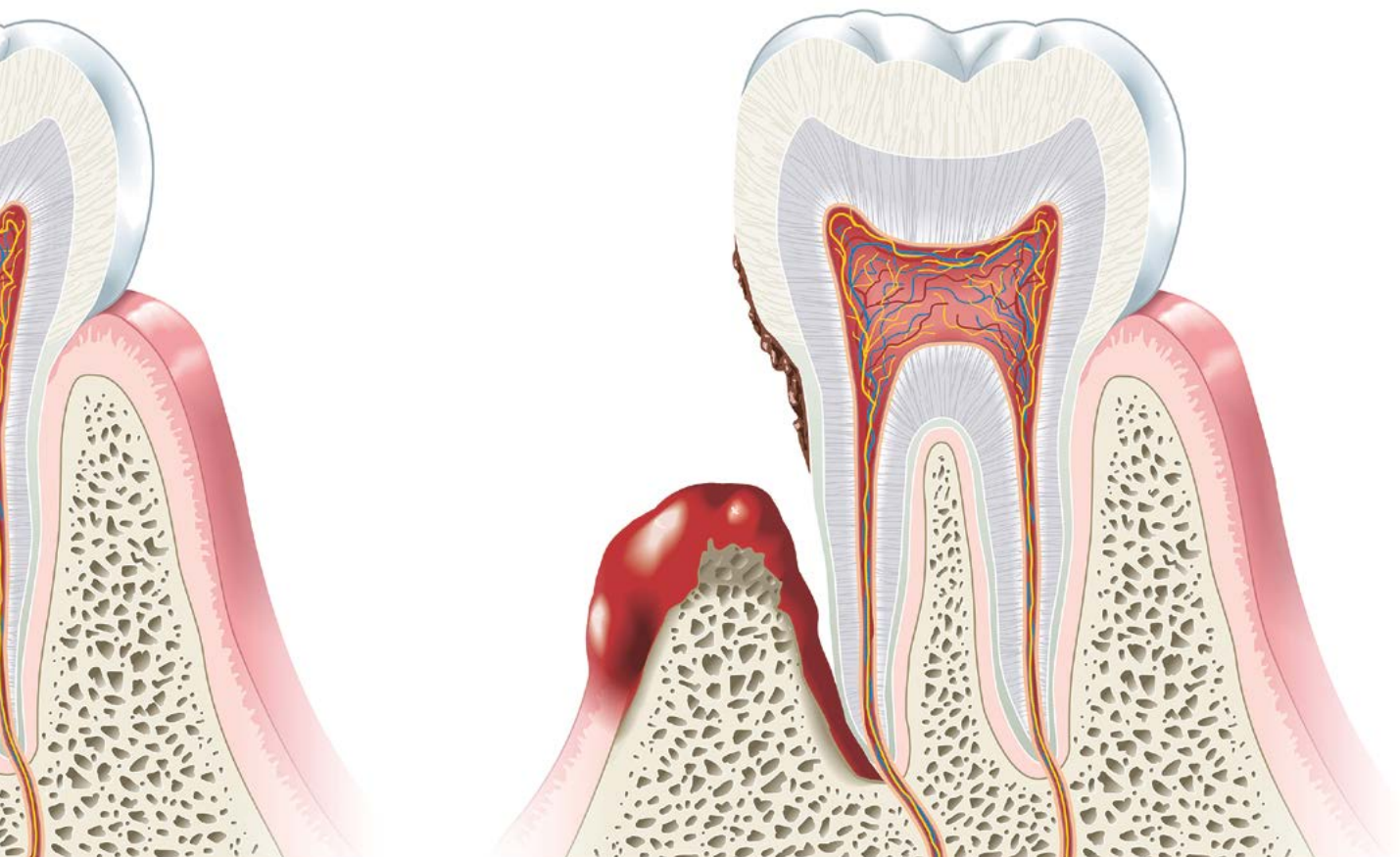
Parodontitis ist bereits die häufigste Zahnerkrankung bei Erwachsenen. Aufgrund des demografischen Wandels ist davon auszugehen, dass sie in Zukunft sogar eine noch größere Rolle spielen wird. Die chronische bakterielle Entzündung hat nicht nur Auswirkungen auf den Zahnhalteapparat bis hin zum Zahnverlust, sondern auch auf die gesamte Gesundheit der betroffenen Personen – zum Beispiel auf deren Herz-Kreislauf-System. Dennoch wissen viele Betroffene nicht genug über den Umgang mit der Volkskrankheit und die Erhaltung ihrer Mundgesundheit. Dadurch wird auch das deutsche Gesundheitssystem finanziell enorm belastet. Dabei lässt sich die Parodontitis mit einer engmaschigen Vorsorge in vielen Fällen gut in den Griff bekommen. Seit Juli 2021 gibt es eine neue Behandlungs-Richtlinie, die auch die Versorgung von Kassenversicherten auf ein neues Niveau hebt: die sogenannte PAR-Richtlinie. „Das ist eine gute Nachricht für gesetzlich versicherte Parodontitis-Patienten und -Patientinnen. Denn die Krankenkassen übernehmen aufgrund der neuen Richtlinie Kosten für eine regelmäßiger, flexiblere, umfassendere und langfristige Behandlung“, sagt Dr. Uwe Hildebrand vom Zahnarzt-Team der Zahnarztpraxis Oppspring.



DR. MED. DENT.
UWE HILDEBRAND M.SC.

Schwerpunkte:
Parodontologie und Prothetik





Gesunder Zahn

Parodontitis

Neue Richtlinie schließt Versorgungslücke bei Kassenpatient:innen

Vor der Novelle hat es fast 20 Jahre lang keine Änderungen im Leistungskatalog der Kassen gegeben, was die Behandlung von Parodontitis-Patient:innen betrifft. Obwohl sich in diesem Zeitraum die zahnmedizinischen wissenschaftlichen Erkenntnisse darüber, wie ein gute Parodontitis-Therapie auszusehen hat, ständig weiterentwickelt haben. Die Versorgung, die durch die Krankenkassen getragen wurde, war dadurch irgendwann nicht mehr zeitgemäß – eine Versorgungslücke entstand in den Augen vieler Expertinnen und Experten. Mit der PAR-Richtlinie, die seit Mitte 2021 in der Praxis Anwendung findet, wird diese Lücke nun geschlossen. In dem neuen Behandlungskonzept werden viele Punkte berücksichtigt, die Menschen mit Parodontitis zugutekommen, zum Beispiel eine bessere Aufklärung über die Krankheit und der Anspruch auf eine strukturierte Nachsorge. Auch die Behandlungsqualität sogenannter vulnerabler Gruppen wie zum Beispiel pflegebedürftige oder behinderte Menschen wird durch die PAR-Richtlinie verbessert. „Damit entspricht die gesetzlich finanzierte Parodontitis-Therapie

endlich auch dem aktuellen Forschungsstand der Zahnmedizin. Sie macht eine moderne Parodontitis-Therapie für alle finanzierbar. Sehr vielen Menschen kann so besser geholfen werden und auch das Gesundheitssystem wird langfristig entlastet“, ist sich Dr. Hildebrand sicher. Von der modernsten Versorgung, die in der Zahnarztpraxis ohnehin angeboten wird, können nun mehr Patientinnen und Patienten profitieren.

So startet die moderne Parodontal-Therapie

Wenn der Verdacht einer Parodontitis vorliegt, wird zunächst der sogenannte Parodontal-Status erhoben, quasi der Schadensbefund. Dabei wird untersucht und gemessen, ob bestimmte Faktoren, etwa das Erreichen einer konkreten Zahntaschentiefe, vorliegen, die den Verdacht bestätigen. Lautet die Diagnose „Parodontitis“, bekommt die Krankenkasse das Gutachten, um die Finanzierung der Parodontal-Therapie zu bewilligen. Zu Beginn der Therapie gibt es ein sehr ausführliches Aufklärungs- und Therapiegespräch. Dabei werden wichtige Fragen geklärt. Zum Beispiel: Wie ist die individuelle Prognose? Welche Therapieoptionen gibt es? Oder: Wie kann die



betroffene Person durch ein gesundheitsbewussteres Verhalten selbst zu einer Verbesserung der Parodontitis beitragen? „Es geht darum, Risikofaktoren zu reduzieren. Eine große Rolle spielt zum Beispiel, wie man sich ernährt. Hierzu geben wir wertvolle Tipps“, erklärt Dr. Hildebrand. Gemeinsam trifft man schließlich eine Therapie-Entscheidung, die individuell auf die Ausprägung der jeweiligen Parodontitis abgestimmt ist.

Strukturierte Nachsorge mit bis zu sechs Kontrollterminen möglich

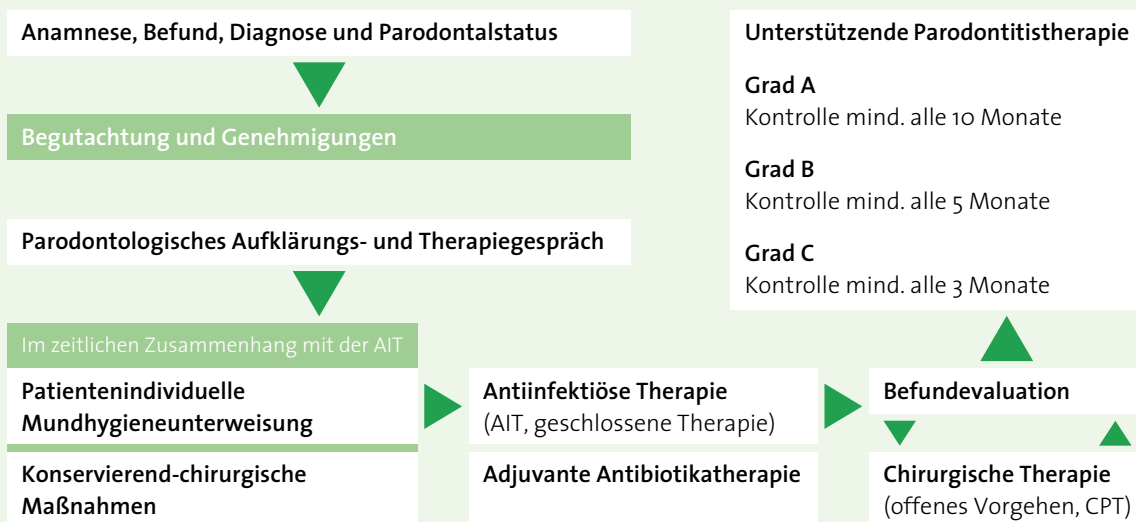
In einem zweiten umfassenden Termin startet dann die konkrete Behandlung. Sie besteht aus einer individuellen Mundhygieneunterweisung und – je nach Schwere des Falls – aus therapeutischen Maßnahmen wie die Entfernung von Zahnbelägen, Antibiotika-Therapie und ggf. auch erhaltenden chirurgischen Maßnahmen. Über einen

Zeitraum von zwei Jahren gibt es dann – auch wieder abhängig von der Schwere der Parodontitis – zwischen zwei und sechs zahnärztliche Nachkontrollen, die sogenannte Unterstützende Parodontitis-Therapie (UPT). „Wenn wir bei diesen Kontrollterminen befunden, dass sich noch nicht der gewünschte Erfolg einstellt, können wir die Behandlungsstrategie jederzeit anpassen. Zum Beispiel einzelne Zahnfleischtaschen aufwändiger nachbehandeln, was aber auch von der Kasse getragen wird“, so Dr. Hildebrand. Während dieser Kontrolltermine wird die Patientin bzw. der Patient jedes Mal erneut umfassend aufgeklärt, was gegen die Defizite noch getan werden kann.

Kurzum:

Auch Kassenpatient:innen haben durch die neue PAR-Richtlinie jetzt sehr gute Möglichkeiten für eine strukturierte, nachhaltige und nachsorgende Parodontitis-Therapie. Nutzen Sie diese!

ÜBERSICHT PARODONTAL-THERAPIE | BEHANDLUNG IN DER GKV



HILFE ZUR SELBSTHILFE BEI SCHMERZEN: LIEBSCHER & BRACHT

Viele Menschen haben durch die moderne Lebensweise (z. B. übermäßiges Sitzen) verkürzte Muskeln und Faszien, was zu Spannungen führt. Damit daraus keine Arthrose oder Bandscheibenschäden entstehen, schlägt das Gehirn Alarm, indem es Schmerzen sendet. Genau um diese Art von Schmerzen zu stoppen, wurde der sogenannte Goldstandard nach Liebscher & Bracht, eine besondere Schmerztherapie, entwickelt.

So funktioniert Liebscher & Bracht

„Zunächst analysieren und dokumentieren wir den individuellen Schmerz der behandelten Person. Das kann zum Beispiel das linke Knie sein, das ab einem bestimmten Beugungszustand weh tut“, erklärt Dr. Roland Althoff, der die Schmerztherapie nach Liebscher & Bracht in seiner Praxis „Beweggründe“ in Essen-Frintrop anbietet. Nach dieser konkreten Schmerzsituation wird dann die sogenannte Osteopressur ausgerichtet: Dabei drückt der Behandler manuell gezielt Punkte am Knochen der

schmerzgeplagten Person, um bestimmte Schmerzrezeptoren zu stimulieren. Auf diese Weise entspannen sich die Muskeln wieder. „In den allermeisten Fällen ist der Schmerz danach um über 70 Prozent reduziert oder sogar komplett verschwunden“, so Dr. Althoff. Gemeinsam mit der behandelten Person studiert er am Ende der Erstsitzung zwei bis drei spezielle Dehnübungen ein, die selbständig zuhause durchgeführt werden können (ca. 15 bis 20 Minuten täglich). Je nach betroffener Körperstelle und Problem kann dabei aus 27 Grundübungen mit Variationen ausgewählt werden.

In der Regel umfasst die Schmerztherapie nach Liebscher & Bracht zwei Sitzungen (Erstsitzung + Kontrolltermin) à jeweils ca. zwei Stunden. Die Kosten betragen 125 Euro pro Sitzung. Inkludiert ist dabei ein kostenloser dreimonatiger Premium-Zugang zur Liebscher & Bracht-App.

Mehr Detailinformationen erhalten Sie unter:
schmerzundstressfrei.de

7



DR. MED. DENT.
ROLAND ALTHOFF M.SC.

Gemeinsam mit seiner Frau Angela Althoff leitet der Zahnarzt die Praxis „Beweggründe“ in Essen.



WENN KINDERZÄHNE BRÖCKELN



8

Molaren-Inzisiven-Hypomineralisation (MIH), im Volksmund Kreidezähne genannt, ist ein häufiges, aber in der Bevölkerung noch relativ unbekanntes Krankheitsbild bei Kinderzähnen. Wir erklären, was dahintersteckt und wie sich betroffene Zähne gut behandeln und pflegen lassen.

Man kann mittlerweile getrost von einer neuen Volkskrankheit sprechen: Laut der 5. Deutschen Mundgesundheitsstudie weisen über 30 Prozent der 12-Jährigen hierzulande die sogenannte MIH auf – die „Kreidezahn-Krankheit“ tritt in dieser Altersgruppe damit sogar noch häufiger auf als Karies! Bei MIH handelt es sich um eine Entwicklungsstörung der Zahnhartsubstanz: Der Zahnschmelz enthält zu wenig Mineralien wie etwa

Kalzium und Phosphat, was die Zähne fleckig, weich und porös macht – und sie wie Kreide bröckeln lassen kann. Meistens sind die Backenzähne, medizinisch „Molaren“ bezeichnet, und die Schneidezähne, im Fachjargon „Inzisiven“ genannt, betroffen. „Das Farbspektrum bei MIH-Zähnen

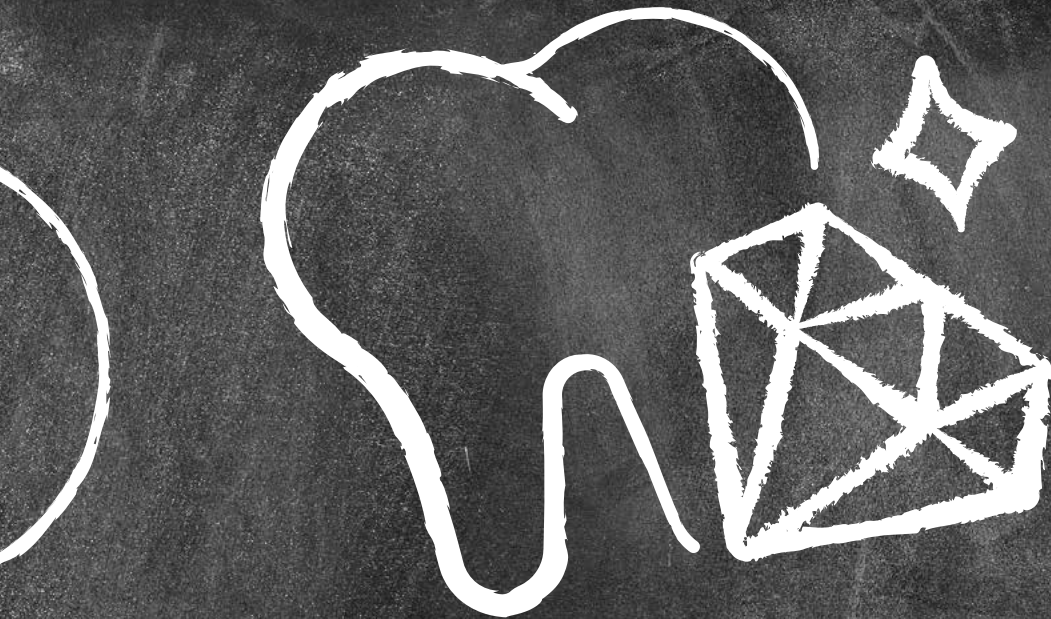
ist ziemlich groß. Es reicht von mattem Weiß bis hin zu Bernsteinbraun. Tendenziell kann man sagen:

Je dunkler die Farbe, desto schwerer ist die Schädigung am Zahn“, erklärt Dr. Yvonne Knyhala, Spezialistin für Kinderzahnheilkunde in der Zahnarztpraxis Oppspring.

Zahnmedizin hat viele Möglichkeiten zur MIH-Behandlung

Da Kreidezähne empfindlicher gegenüber Temperaturen oder Berührungen sind, leiden viele Kinder darunter im Alltag. Heiße oder kalte Lebensmittel können ihnen Schmerzen bereiten. „Da auch das Zähneputzen oft unangenehm ist, wird es von betroffenen Kindern eher vernachlässigt. Die ohnehin schon geschwächten Zähne werden dadurch auch noch anfälliger für Karies. So entsteht ein Teufelskreis“, so Dr. Knyhala. Es gibt aber viele zahnmedizinische Möglichkeiten, um die MIH gut zu behandeln. Bei milden Formen etwa können die Rillen





FLUOROSE: WENN KINDER ZU VIEL FLUORID BEKOMMEN

Weißer Flecken auf bleibenden Zähnen sind kein Symptom für Kreidezähne, sondern für die sogenannte **Fluorose**. Wenn Kinder ständig mehr Fluorid aufnehmen als nötig, kommen diese Flecken zustande – und bleiben auch ein Leben lang. Der Zahnschmelz ist dabei in der Regel in Ordnung – es handelt sich also um ein „kosmetisches Problem“.

in den Kinderzähnen versiegelt werden. Bei schwereren MIH-Verläufen, wenn bereits Zahnhartsubstanz verloren ging, können entstandene Lücken gut mit Kunststoff ausgefüllt und die Zähne somit stabilisiert werden. In sehr schweren Fällen kann auch eine Zahnentfernung nötig sein und die Lücke wird dann kieferorthopädisch geschlossen. „Wenn die Zähne gut versorgt wurden, sind sie auch wieder weniger empfindlich, was wiederum die Pflege einfacher macht“, erklärt die Kinderzahnärztin.

Individuelle Prophylaxe bei Kreidezähnen ist gefragt



Denn eine besonders gute Pflege ist wichtig – darauf sollten auch die Eltern achten. Zusätzlich zum regelmäßigen Zähneputzen können Fluoridierungsmaßnahmen sinnvoll sein. „Bei Kindern mit MIH-Zähnen,

die bereits Kariesbefall haben, ist eine zusätzliche Fluoridierung wichtig. Wenn keine Karies vorliegt, ist das häufig nicht nötig, weil bereits ausreichend Fluorid allein über die Nahrung aufgenommen wird. Das Thema Fluorid sollten Eltern daher mit der Zahnärztin bzw. dem Zahnarzt absprechen“, empfiehlt Dr. Knyhala. Unbedingt notwendig seien dagegen regelmäßige zahnärztliche Kontrollen – ein Turnus von zwei Kontrollen im Jahr wird auch von der gesetzlichen Krankenkasse bezahlt.



Da die Ursache für Kreidezähne medizinisch noch nicht gänzlich geklärt ist und unbemerkt während der Zahnentwicklung stattfindet, ist die Erkrankung aktuell nicht zu vermeiden. Mit einer individuellen Prophylaxe und zahnmedizinischen Versorgung lässt sich das Problem Kreidezahn aber gut in den Griff kriegen.



VÖLLIG ENTSPANNT IM BEHANDLUNGSSTUHL

Für Angst-Patient:innen bietet die Zahnarztpraxis Oppspring eine schmerzstillende, risikoarme und unkomplizierte Möglichkeit, die auch eine lokale Betäubung ergänzen kann: die Lachgassedierung.

Bohrer, Spritzen und Co beim Zahnarzt lösen bei vielen Menschen Unbehagen, Schweißausbrüche und Herzrasen aus. Trotz teils schmerzhafter Zahnprobleme schieben sie den eigentlich dringend nötigen Zahnarzttermin immer wieder hinaus. Dabei gibt es eine einfache Methode, mit der sie sich in kürzester Zeit entspannen könnten. Mit der sogenannten Lachgassedierung macht das Expertenteam der Zahnarztpraxis Oppspring schon seit einigen Jahren sehr gute Erfahrungen. „Durch die Lachgassedierung entspannen sich Muskeln und Verkrampfungen. Sie macht die Patientinnen und Patienten angstfrei und versetzt sie in eine heitere Grundstimmung – daher der Name Lachgas“, erklärt Dr. Roland Althoff. „Der Einstich einer Spritze bei einer lokalen Betäubung beispielsweise wird so gar nicht bemerkt.“ Gegenüber der Vollnarkose hat die Lachgassedierung vor allem einen großen Vorteil: Das Bewusstsein bleibt stets erhalten, Zahnarzt und Patientin bzw. Patient können während der Behandlung also problemlos miteinander kommunizieren. Außerdem kann man im Anschluss an die Lachgassedierung die Praxis ohne eine Begleitperson wieder verlassen und ist verkehrstüchtig.

So funktioniert die Lachgassedierung

Durch eine kleine Atemmaske auf der Nase inhaliert man ein Gemisch aus Lachgas und Sauerstoff ein. Das Lachgas, im Fachjargon Stickoxydul genannt, ist nicht reizend und kann auch keine Allergien auslösen. Schon nach wenigen Atemzügen wird so das zentrale Nervensystem beeinflusst, Lockerheit und Entspannung setzen dann ein, während Nervosität und Angst verschwinden. Die Dosis des Lachgases kann dabei individuell an die Belange der

behandelten Person angepasst werden. „Wir fangen mit einer minimalen Konzentration Lachgas an und können sie bei Bedarf vorsichtig erhöhen. Das Wohlbefinden der Patient:innen steht dabei immer im Fokus“, erklärt Dr. Althoff. Am Ende der Behandlung wird der Prozess umgekehrt: Der Lachgas-Anteil wird langsam wieder zurückgefahren, während der Sauerstoffgehalt hochgefahren wird – die „Wohlfühl-Reise“ kommt zum Ende.

Einfaches und effektives Hilfsmittel für viele Menschen

In der Regel wird die Lachgassedierung sehr gut vertragen, nur in seltenen Fällen kann ein Übelkeitsgefühl als Symptom der Überdosierung auftreten. Dann wird die Behandlung ganz einfach unterbrochen. Je nach Situation kann die Lachgas-Dosis neu angepasst werden oder das Expertenteam der Zahnarztpraxis Oppspring findet in Abstimmung mit dem Patienten bzw. der Patientin eine individuell passendere Alternative. Auch für Kinder kann die Lachgassedierung, in Absprache mit den Erziehungsberechtigten, eine sinnvolle Unterstützung bei ihrer Therapie sein. Grundsätzlich nicht in Frage kommt die Lachgassedierung dagegen für Menschen mit bestimmten Kontraindikationen: Dazu zählen zum Beispiel die Vitrektomie (Augen-OP), Pneumothorax (krankhafte Luftansammlung im Brustkorb), Darmverschluss, akute Mittelohrentzündung oder Nasennebenhöhlenentzündung. „Viele Patientinnen und Patienten in unserer Praxis haben die Lachgassedierung als ein sehr einfaches und effektives Hilfsmittel schätzen gelernt. Wer sich für diese Option interessiert, kann uns jederzeit gerne darauf ansprechen“, sagt Dr. Althoff.



WISSENSWERTES AUS DER ZAHNARZTPRAXIS



KINDERZAHNHEILKUNDE-TEAM BILDET SICH AUF FACHKONGRESS FORT

Fort- und Weiterbildung hat in der Zahnarztpraxis Oppspring einen besonders hohen Stellenwert – natürlich auch in der Kinderzahnheilkunde. Seit vielen Jahren schon bildet sich das Team rund um Dr. Yvonne Knyhala auf der Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Kinderzahnheilkunde (DGKiZ) fort. Ende April 2022 ist es wieder so weit. Unter dem Kongressmotto „Kinderzahnheilkunde up to date“ wird es im Vogel-Convention Center in Würzburg parallel zum wissenschaftlichen Programm für Zahnärzte und Zahnärztinnen ein Teamprogramm für Mitarbeitende geben. Das Oppspring-Team wird sich dabei zu Themen wie zum Beispiel Prävention und Therapie der kindlichen Karies, Kieferorthopädie und orale Fehlfunktionen auf den alleraktuellsten Wissensstand bringen. Wir sind gespannt, mit welchen neuen Erkenntnissen zum Wohle unserer Patient:innen unser Team zurück aus Würzburg kommt.

PROFESSIONELLE ZAHNREINIGUNG (PZR) WIRD AB APRIL 2022 TEURER

Als Zahnarztpraxis mit besonders hohem Anspruch an die Qualität und Zufriedenheit unserer Patient:innen wollen wir Ihnen immer die bestmögliche Behandlung anbieten. Leider sind in den letzten Jahren die Kosten für Materialien, Schutzausrüstung etc. kontinuierlich gestiegen. Um Ihnen weiterhin die gewohnte Qualität anbieten zu können, werden wir bei gesetzlich Versicherten die Kosten für eine Professionelle Zahnreinigung ab April 2022 anheben müssen. Die erste kostet dann 120 Euro und jede weitere regelmäßige PZR ab 96 Euro.

Wir danken Ihnen für Ihr Verständnis!



ZUCKERFREIE LECKEREIEN

Einfache Rezepte für zahnfreundliche Snacks.

DATTEL-KOKOS-KUGELN

Zutaten

- 100 g Datteln
- 8 EL Kokosraspeln
- 1,5 EL Kakaopulver
- 1 Hand voll feine Kokosraspeln (zum Wälzen)

Anleitung

- Alle Zutaten zusammen in einen Hochleistungsmixer geben und vermengen.
- Die Masse zu kleinen mundgerechten Kugeln formen und in den feinen Kokosflocken wälzen.



CHIASAMEN-CRACKER

Zutaten

- 50 g Chiasamen
- 200 ml lauwarmes Wasser
- 100 g Dinkelmehl
- 30 g Kürbiskerne
- 30 g Sonnenblumenkerne
- 50 g Sesam
- 60 g Leinsamen
- 1 TL Salz

Anleitung

- Chiasamen ins lauwarme Wasser geben und für 30 Minuten quellen lassen.
- Alle Zutaten miteinander zu einem Teig verkneten.
- Backblech mit Backpapier auslegen, den Teig darauf geben, bemehlen und dünn ausrollen.
- Vor dem Backen mit einem Messer oder Pizzaroller in kleine Stücke schneiden.
- Bei 160°C für 45–60 Minuten backen.

								2
4				7	5			1
			4	6	2			7
		1			4			3
	6	5	2					
3	9			8		5	2	
2			6	4		1		
9	4	7	8					
	5			2		8	4	

FÜR DIE DENKSPORTLER

Ziel eines Sudoku Logikrätsels ist es alle 81 Felder so zu füllen, dass in jedem Block, in jeder Spalte und in jeder Zeile die Ziffern von 1 bis 9 nur einmal vorkommen. Als Lösungshilfe dienen die vorhandenen Zahlen.

	8							
		9				2		
7					2	3	8	4
3					2			1
	9	7						
					6	5	4	
6	4				8	7	3	
		1			4	9	5	
			5					

Der kleine Lückenfüller



Wer versteckt sich dort im Schnee?

Verbinde die Zahlen in der richtigen Reihenfolge.

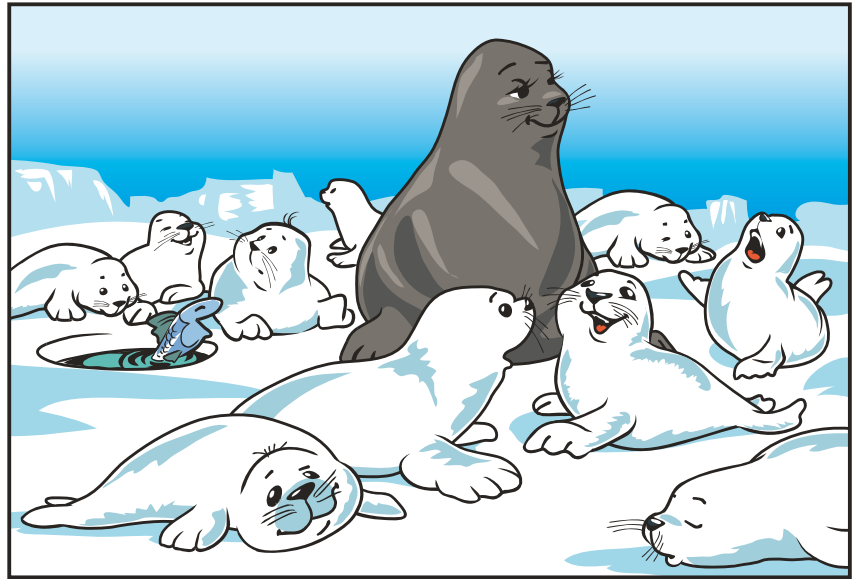
Hilf dem Pinguin?

Welcher Weg führt aus dem Labyrinth?

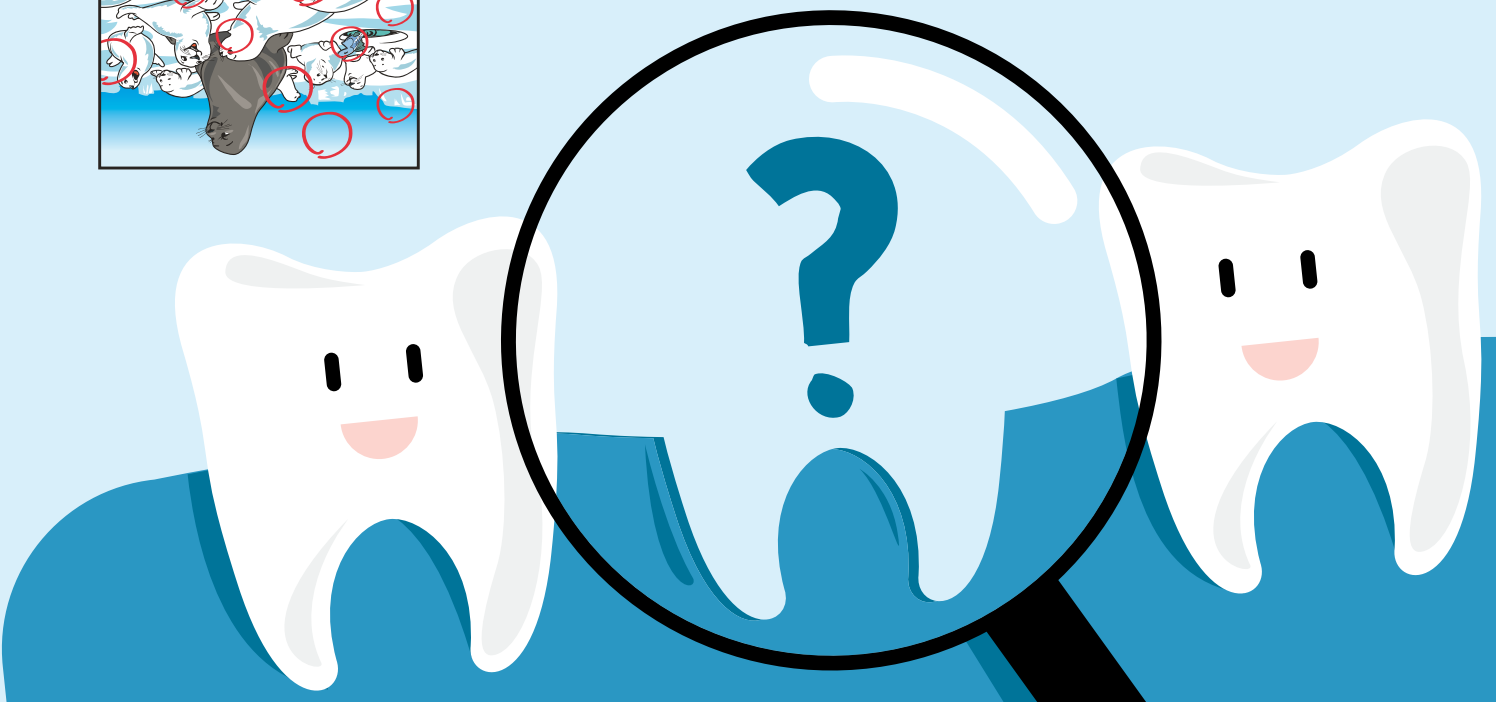
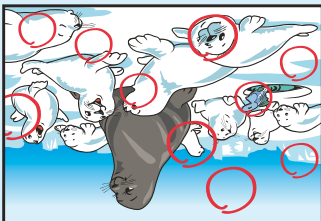


Suche die Fehler!

In den Bildern haben sich
10 Unterschiede versteckt.
Kannst du sie entdecken?



Auflösung





BITTE LÄCHELN!

Weißere Zähne in kürzester Zeit –
schonend für Zahnschmelz und
Zahnfleisch.

GERNE BERATEN
WIR SIE PERSÖNLICH.
SPRECHEN SIE UNS AN!

CLICK

Die schnellste Aufhellungsbehandlung der Welt –
3 bis 5 hellere Weißheitsstufen in nur 30 Minuten.
Mit jeder Prophylaxesitzung kombinierbar!

nur € 69,50

TOUCH

Die intensive Aufhellungsbehandlung –
4 bis 8 hellere Weißheitsstufen in nur 1,5 Stunden.

€ 250,-

ULTRA

Die medizinische Aufhellungsbehandlung für
beste Ergebnisse – bis zu 10 Weißheitsstufen heller
in nur 2 Stunden.

€ 350,-

dres. hildebrand, althoff und partner
zahnarztpraxis

 **OPPSRING**
hier liegen sie richtig.

Herausgeber

Zahnarztpraxis Oppspring

Konzeption & Gestaltung

heavyhealth

digitale Kommunikation und Werbung im Gesundheitswesen

Redaktion

Thomas Corrinth

Friedenstraße 2A | 45470 Mülheim a. d. Ruhr

Tel: 0208 594819-0 | info@zahnarztpraxis-oppspring.de

www.zahnarztpraxis-oppspring.de

Bildnachweise

heavyhealth

Adobe Stock: NinaMalyna, Axel Kock, peterschreiber.

media, Stillfx, rostyslav, alphaspirit, Peakstock,

Serenkonata, olepeshkina, Daniel Berkman, Sergey

Nikitin, Leh, Igor, REDPIXEL