

JULI 2019

# Zahnzeit<sup>12</sup>

Wer die Mundgesundheit stärkt, schützt den ganzen Körper. Welche Rolle die Zähne bei einem Schlaganfall spielen können, zeigen wir Ihnen auf.

Finden Sie auf Seite 4 neue Termine für unsere Informationsveranstaltungen.



HERAUSGEBER ZAHNARZTPRAXIS IMPLANTART® | DDr. Nikola Dibold, MSc. MSc. & DDr. Peter Kapeller, MSc. MSc.

## Jederzeit in guten Händen

Wir feiern einen Abschied und einen Neuanfang zur selben Zeit: Dr. Markus Hafner verlässt uns nach drei gemeinsamen Jahren. Er hat unsere Praxis entscheidend mitgeprägt und wir wünschen ihm alles Gute für seine Zukunft.

### Gut betreut

Sie sind und bleiben bei uns bestens versorgt: Auf unserem weiteren Weg begleiten uns Dr. Elisabeth Breuss und unsere Nachwuchstalente Joy, Laura, Rebeca und Mina. Eine bewegende und schöne Zeit für uns alle.

Wir wünschen Ihnen einen schönen und erholsamen Sommer!

*Peter Kapeller*  
*Nikola Dibold*

DDr. Peter Kapeller, MSc. MSc. und  
DDr. Nikola Dibold, MSc. MSc. mit Team



Ein gutes Team: Wir verabschieden Dr. Markus Hafner und freuen uns, dass uns Dr. Elisabeth Breuss unterstützt.



## Unsere Praxis in Bewegung

Seit drei Jahren ist Dr. Markus Hafner Teil unseres Teams. Jetzt zieht es ihn weiter – in die Selbstständigkeit. Mit Dr. Elisabeth Breuss haben wir eine ausgezeichnete Ärztin in die Praxis geholt, die seit April unsere Patientinnen und Patienten betreut. „Zahnzeit“ hat mit beiden gesprochen.

**Dr. Hafner, Sie waren seit 2016 im Team. Was nehmen Sie aus dieser Zeit mit?**

**Markus Hafner:** Es waren sehr spannende, motivierende und inspirierende Jahre. Ich durfte während dieser Zeit wahnsinnig viel dazulernen und habe mich im Team immer sehr wohl gefühlt. Nikola und Peter sind großartige Chefs – es ist ein Arbeiten auf Augenhöhe. Die Patientinnen

und Patienten habe ich wirklich sehr lieb gewonnen. Wie Sie sehen: Ich bin sehr dankbar für diese unvergessliche Zeit hier.

**Dr. Breuss, Sie sind seit April in der Praxis. Was sind Ihre Eindrücke?**

**Elisabeth Breuss:** Meiner Meinung nach gibt es keine vergleichbare Praxis. Von

der Anmeldung über die Assistenz bis hin zu den Behandlungen – hier läuft alles perfekt ab. Die Praxis ist darum bemüht, den Patientinnen und Patienten ein Rundum-Wohlfühlprogramm zu liefern. Die hohe Qualität und Vielfalt der innovativen Behandlungen bieten mir zahlreiche Möglichkeiten, mein Können weiterzuentwickeln.

**Welche Vorteile sehen Sie für Ihre Patientinnen und Patienten?**

**Markus Hafner:** Bei uns haben die Patienten Zugang zu modernster Zahnheilkunde. Das Niveau ist sehr hoch, wir verwenden nur moderne Geräte und arbeiten mit den neuesten Techniken. Die Behandlungsqualität aller Angestellten ist hoch. Das wird intern laufend mit Weiterbildungen gefördert.

**Elisabeth Breuss:** Dem kann ich nur zustimmen. Alle Mitarbeitenden werden dabei unterstützt, auch nebenbei Fortbildungen zu absolvieren und dies zeitlich gut zu kombinieren. Das ist nicht selbstverständlich. Außerdem stehen die Patientinnen und Patienten immer an oberster Stelle. Wir hören ihnen genau zu und achten darauf, dass wir gemeinsam zu einer Lösung kommen und individuell einen optimalen Behandlungsplan finden.

**Welche Pläne stehen jetzt an?**

**Markus Hafner:** Ich habe mich hier immer sehr wohl gefühlt und habe daher lange überlegt, hier zu bleiben. Mich hat allerdings der Reiz der Selbstständigkeit gepackt. Ich verlasse die Praxis, das Team und die Patienten mit zwei lachenden Augen: Ich blicke mit Freude in die Vergangenheit und natürlich auch in meine Zukunft.

**Elisabeth Breuss:** Ich absolviere derzeit die Ausbildung Implantologie und Parodontologie. Für mich ist diese Stelle eine große Chance, da ich in allen Bereichen unterstützen und meine Fertigkeiten stärken und ausbauen kann. Ich freue mich schon auf viele gemeinsame Jahre!

## Strahlen Sie den Sommer an!

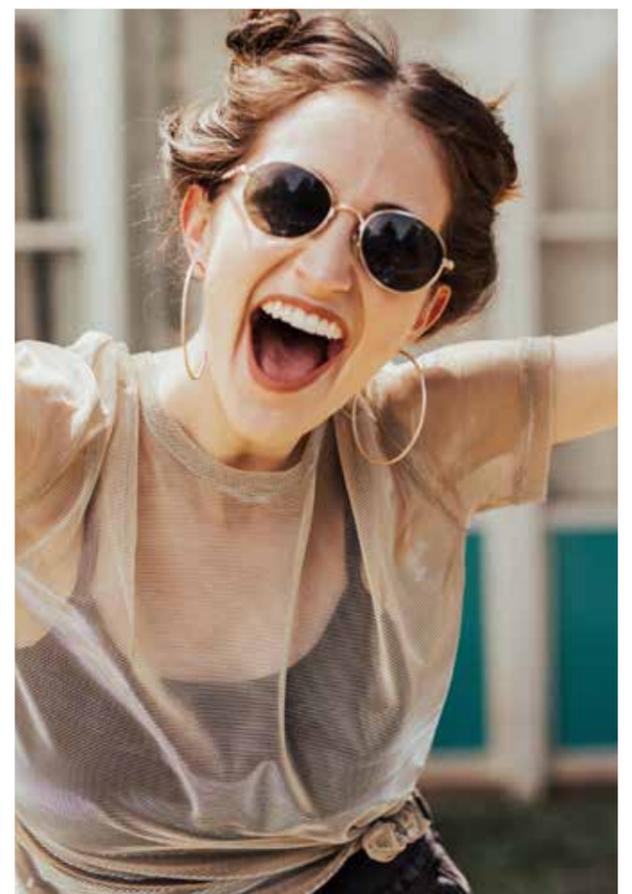
Eine leicht gebräunte Haut und strahlend weiße, gesunde Zähne – das ist für viele nach wie vor der Inbegriff sommerlicher Attraktivität. Um der Natur etwas nachzuhelfen, greift so mancher zu Bleachings, alten Hausmitteln wie Backpulver oder anderen Anti-Aging-Methoden für die Zähne. Doch dabei ist Vorsicht geboten!

Zähne können sich aus verschiedenen Gründen verfärben: Zigaretten, Kaffee und Schwarztee sind die bekanntesten. Was man am besten dagegen tun kann? Darauf achten, dass die tägliche Mundhygiene nicht zu kurz kommt! „Zahnbürste und Zahnseide gehören immer noch zu den wichtigsten Verbündeten in Sachen Zahnverfärbung“, weiß DDr. Nikola Dibold, MSc. MSc.

### Tipps für ein strahlendes Lachen

Da ein gesundes und weißes Lächeln aber bereits seit Urzeiten ein Zeichen für Gesundheit, Charisma und Einfluss über andere Menschen war, sind auch heute viele noch versucht, der Natur etwas kräftiger nachzuhelfen. Damit an den Zähnen dadurch keine allzu großen Schäden entstehen, weiß DDr. Dibold Rat:

- Hände weg von alten Hausmitteln wie Zitronensaft, Essig oder Backpulver – diese sind sehr sauer und demineralisieren die Zähne.
- Bei unbehandelter Karies sollte man unbedingt auf ein Bleaching verzichten. Dabei würde das Bleichmittel in das Dentin eindringen und könnte großen Schaden anrichten.
- Sogenannte „Weißmacher-Zahncremes“ sind ebenso mit Vorsicht zu genießen. Diese haben häufig grobe Putzkörper, die die Oberfläche der Zähne aufrauen.
- Vorsicht sollte man auch bei zu häufigem Konsum von stark säurehaltigen Getränken walten lassen. Vor allem, wenn sie auch viel Zucker enthalten.
- Achten Sie unbedingt darauf, dass in der Zahnpasta Fluoride enthalten sind. Mundspülungen mit Alkohol eignen sich nicht zur dauerhaften Verwendung.
- Um Beläge zu entfernen, ist die klassische Zahnreinigung immer noch am besten. Isst man besonders saure Gerichte, sollte man etwa eine halbe bis ganze Stunde warten, bevor man zu Bürste & Co greift.



**Strahlend weiße Zähne sind der Inbegriff für Gesundheit und Charisma.**

**PETERS KOLUMNE****Digitale Zahnmedizin**

Wer hat ihn nicht schon einmal erlebt? Einen unangenehmen Abdruck im Mund. Abformmassen bis in den Rachen. Würgereiz. Es gibt wirklich Angenehmeres!

Beispiel für die Zukunft der Zahnmedizin ist die Entwicklung der letzten Jahre in puncto Scanner. Heute sind wir in der Lage, in vielen Situationen auf unangenehme Abdrücke zu verzichten. Die Kiefer werden mit Hilfe einer Kamera abgescannt und der Computer berechnet das entsprechende Modell. Ein Knopfdruck und der Datensatz wird an den Zahntechniker geschickt. Dieser konstruiert virtuell am Computer den Zahnersatz, wie zum Beispiel eine Krone, eine Brücke oder Knirschschiene. Auch moderne Drucker sind bereits im Arbeitsablauf der Zahntechniker integriert: Sie stellen beispielsweise die Modelle her. Über die Möglichkeit von unsichtbaren Zahnschienen (Invisalign) zur Zahnstellungskorrektur haben wir ja schon berichtet.

In unserer Zahnarztpraxis Implantart haben wir wieder in neueste Scan-Technologien investiert. Freuen wir uns gemeinsam auf die Zukunft der Zahnheilkunde. Sie ist digital und wie immer zum Wohle unserer Patienten!

## Fall der Ausgabe: Zähne nach Wunsch

Schöne gleichmäßige Zähne sind der Traum vieler Patientinnen und Patienten. Mit Veneers können wir diesen schnell und zahnschonend erfüllen.

Stark abgenutzte Kanten der Schneidezähne, leichte Fehlstellungen, abgebrochene Ecken, Verfärbungen: Wer den ein oder anderen Makel an den Zähnen – wie unser Patient – schonend und langfristig verschönern möchte, kann mit Veneers gute Ergebnisse erzielen. „Die hauchdünnen Keramik-Verblendschalen sind wie die natürliche Zahnschicht ein wenig lichtdurchlässig und sehen ihr täuschend ähnlich. Sie werden vor allem im Frontzahnbereich eingesetzt“, erklärt DDr. Peter Kappeller, MSc. MSc. und betont den Vorteil der Veneers: „Im Gegensatz zu Kronen müssen wir hier nur wenig wertvolle Zahnhartsubstanz abtragen. Daher ist diese Behandlung sehr schonend. Zudem gibt es keine dunklen Ränder am Übergang zum Zahnfleisch und es sieht natürlich aus.“

**Zusätzlicher Schutz**

Die Keramikschalen sind sehr belastbar und halten ungefähr zehn Jahre. Sie bilden zudem einen künstlichen Schmelzmantel, der den Zahn zusätzlich schützt. Dies trägt wesentlich zur Zahngesundheit bei. „Zähne mit Veneers können wie normale Zähne behandelt werden. Das heißt, ist beispielsweise eine Wurzelbehandlung notwendig, kann diese wie bei einem unbehandelten Zahn durchgeführt werden.“



Ein wenig Vorsicht ist beim Essen von harten Speisen geboten, da dies die Keramikschale beschädigen könnte. „Vor allem Patientinnen und Patienten, die mit den Zähnen knirschen, sollten unbedingt eine Knirschschiene in der Nacht tragen, damit sie sich auch lange über das schöne Behandlungsergebnis freuen können.“

Die ersten Veneers kamen bereits in den 1930er Jahren in Hollywood zum Einsatz. Damals wurden sie noch aus Kunststoff hergestellt, konnten aber noch nicht dauerhaft fixiert werden.



# Zahn- und Körpergesundheit im Einklang: Wenn jede Minute zählt

Alle sechs Minuten erleidet jemand in Österreich einen Schlaganfall („Hirnfarkt“). Dabei trifft es Männer im Schnitt mit 69 Jahren, Frauen etwas später. Nur etwa ein Drittel aller Patienten erholt sich davon vollständig, jeder Zweite leidet danach unter Gefühlsstörungen, Lähmungserscheinungen, Sprech-, Sprach- oder auch Sehstörungen, jeder Fünfte stirbt an den Folgen. Somit ist ein Schlaganfall nach Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Krebs die dritthäufigste Todesursache.

**Auf Zähne achten**

Wussten Sie, dass gesunde Zähne wesentlich dazu beitragen, das Risiko für einen „Schlag“ zu minimieren? „Über die chronisch entzündeten Zahntaschen, die eine Gesamtfläche so groß wie Ihr Handteller einnehmen können, stehen die Bakterien mit dem gesamten Kreislaufsystem ständig in Verbindung“, erklärt DDr. Nikola Di-

bold. Gemeinsam mit anderen Risikofaktoren wie zum Beispiel Rauchen, erhöhten Blutfetten und Bluthochdruck fördern sie die Entstehung von kleinen Entzündungen (atherosklerotische Plaques) der Blutgefäße. Diese können die Gefäße so sehr verengen, dass sie den Druck und die Belastung auf diese Gefäßstellen verstärken. Reißt der atherosklerotische Plaques ein, entstehen Blutgerinnsel, die das Gefäß vollständig verschließen und somit einen Schlaganfall auslösen können.

**Gefahr Parodontitis**

Heute wissen wir, dass Parodontitis Ihr Risiko, einen Schlaganfall zu erleiden, auf das 2- bis 3-fache erhöht! „Durch regelmäßige Kontrolle der Zähne, einer guten Mundgesundheit und entsprechenden Therapie bei etwaigen Entzündungen im Mund können wir das Risiko, einen Schlaganfall zu erleiden, senken“, betont die Zahnärztin.

**RASCHES HANDELN IST GEFRAGT**

Bis zu 1,9 Millionen Nervenzellen werden bei einem Schlaganfall pro Minute zerstört. Dabei gilt: Nur eine schnelle Behandlung kann bleibende Schäden vermindern. Handeln Sie daher immer rasch, wenn beispielsweise plötzlich Sprechprobleme, Gefühls- und Sehstörungen oder Lähmungen auftreten.

## Veranstaltungstermine



**9. Oktober 2019, 17:30 Uhr**

Invisalign – die unsichtbare Zahnspange für Erwachsene

**21. Oktober 2019, 17:30 Uhr**

Alles zum Thema Zahnimplantate

**20. November 2019, 17:30 Uhr**

Ihre Zähne erhalten durch moderne Parodontitistherapie

**2. Dezember 2019, 17:30 Uhr**

Alles zum Thema Zahnimplantate

Da die Teilnehmerzahl bei allen Veranstaltungen in der Praxis begrenzt ist, bitten wir um Anmeldung via E-Mail [praxis@zahnarzt-kapeller.at](mailto:praxis@zahnarzt-kapeller.at) oder unter der Telefonnummer **05574/54560**

# Im Gespräch

Kaum den Abschluss zur Zahnarztassistentin in der Tasche, startete Merve Ünal in unserer Praxis durch: Sie trägt seit September 2018 die Verantwortung für unsere Assistentinnen und ihre Koordination.



**Merve Ünal**

**Merve, wie hast Du den Weg in die Zahnmedizin gefunden?**

Ich habe in der Schule davon gehört und war schnuppern. Der Beruf der Zahnarztassistentin hat mir auf Anhieb sehr gut gefallen und mir war sofort

klar, dass das die richtige Ausbildung für mich ist. Was mich vor allem überzeugt: Ich kann mich nach wie vor jederzeit weiterbilden und werde intern stark gefördert. Ich bin sehr dankbar, dass ich gleich nach Abschluss der Lehre die Möglichkeit bekommen habe, die Leitung der Assistentinnen zu übernehmen. Das ist nicht selbstverständlich.

**Was gefällt Dir an Deinem Beruf am besten?**

Der Beruf hat Zukunft und ist sehr vielseitig. Kein Tag gleicht dem anderen. Am liebsten assistiere ich DDr. Kapeller bei den OPs. Ich bin daher sehr froh, dass wir so ein breites Behandlungsspektrum anbieten. So haben wir ja einmal monatlich auch einen Narkosetag, an dem Anästhesisten da sind – das ist sehr spannend.

**Was muss man aus Deiner Sicht für den Beruf der Zahnarztassistentin mitbringen?**

Das Wichtigste ist, dass Dir Dein Job Spaß macht. Der Wille, laufend dazulernen, sollte auf alle Fälle auch vorhanden sein. Denn wir können uns immer weiterentwickeln. Außerdem muss man schon auch Blut sehen können.



## PRAXIS-NEWS



**Traditioneller Treff an der Kartbahn**

Im Mai fand unser jährlicher Besuch beim Kartbahn-Treff in Feldkirch statt. Da wir uns dort bereits zum 10. Mal aus der Puste brachten, kann man mittlerweile getrost von einer Tradition sprechen. Den Abend ließen wir bei einem gemütlichen Essen ausklingen.



**Unvergessliche Reise in den Körper**

Im April tauchten wir in die faszinierende Anatomieschau von Dr. Gunther von Hagen in Ulm ein und durften Wissenswertes über den menschlichen Körper erfahren. Wir waren allesamt fasziniert, konnten vieles lernen und spannende Eindrücke mit nach Hause nehmen.

## Der Griff zur richtigen Zahnbürste

Es gibt sie in den unterschiedlichsten Farben, Formen und Modellen: Von der Handzahnbürste über elektrische Zahnbürsten bis hin zu Schallzahnbürsten ist alles möglich.

**Welche überzeugt?**

„Wir werden in der Praxis gefragt, welche die Beste ist. Wir empfehlen unseren Patientinnen und Patienten die Schallzahnbürsten. Denn sie reinigen die Zähne besonders gut und es ist nicht notwendig, eine neue Putztechnik zu erlernen“, erklärt DDr. Nikola Dibold. Im Gegenteil: „Oft werden die Zähne zu fest geschrubbt, was das Zahnfleisch oder auch die Zähne selbst schädigen kann. Mit der Schallzahnbürste wird – wie mit der Handzahnbürste – schräg zum Zahnfleisch, geputzt. Die Putzbewegungen macht die Bürste, die man den Zahnreihen entlanggleiten lässt.“



**Saubere Schwingungen**

Mit sage und schreibe 30.000 Schwingungen pro Minute reinigen die feinen Borsten der Schallzahnbürste die Zähne. „Damit ist eine besonders schonende und gute Reinigung möglich, die auch bei überempfindlichen Zahnhälsen angenehm ist. Zudem können die Wirkstoffe der Zahncreme noch besser an die Zahnflächen vordringen. Der bakterielle Biofilm wird durch den so genannten hydrodynamischen Effekt außerdem auch in den Zahnzwischenräumen und an schwierig erreichbaren Stellen gelockert, entfernt und zerstört“, so die Zahnärztin.

**Zahnzeit-Quiz**

Leserinnen und Leser der Zahnzeit haben die Möglichkeit, eine Schallzahnbürste „Easy Clean“ von Philips Sonicare zu gewinnen. Beantworten Sie dazu einfach folgende Frage:



**Wie sollten Sie die Schallzahnbürste bedienen?**

- A)** wie gewohnt horizontal schrubben, vor allem die Außenflächen
- B)** schräg zum Zahnfleisch (etwa 45 Grad) anstellen und so den Zahnreihen entlanggleiten lassen
- C)** kreisende Bewegungen unter Druck
- D)** von Weiß nach Rot auf der höchsten Stufe

Senden Sie uns bis zum **24. Juli 2019** Ihre Antwort und Ihre aktuelle Telefonnummer unter dem Betreff „Quizfrage“ an die E-Mail-Adresse [praxis@zahnarzt-kapeller.at](mailto:praxis@zahnarzt-kapeller.at).

Die Verlosung und Verständigung des Gewinners findet in der ersten Augustwoche statt.



**Wir heißen willkommen**

Wir freuen uns über die Erweiterung unseres kompetenten Prophylaxe-Teams durch zwei neue Mitarbeiterinnen. Joy (links) und Laura – herzlich willkommen bei Implantart!



**Verstärkung des Teams**

Und zwei weitere junge Kolleginnen sind zu uns gestoßen. Rebeca (links) und Mina arbeiten als Assistentinnen und sind bereits in kurzer Zeit zu zwei unverzichtbaren Mitarbeiterinnen geworden – weiterhin auf eine so gute Zusammenarbeit!