

# Eisgenuss mit Schmerzbeilage

Empfindliche Zähne können verschiedene Ursachen haben - Richtiges Putzen hilft und beugt vor

VON DAGMAR BUTH-PARVARESH

**S**ebastian K. aus Ahnatal fragt: Seit ein paar Monaten schmerzen meine Zähne, wenn ich Kaltes oder Süßes esse. Mit der Zahnbürste kann ich manche Stellen nicht putzen, weil der Zahn so empfindlich ist. Was kann ich gegen die Schmerzen tun? Muss ich zum Zahnarzt?

## HNA-SERVICE

### Leser fragen Ärzte antworten

Die Fragen von Sebastian K. beantwortet Zahnarzt Dr. Martin Bruinier aus Kassel.

**Was ist der Grund, wenn Heißes, Kaltes, Süßes oder Saures stechende Zahnschmerzen verursacht?**

DR. MARTIN BRUINIER: Eine Ur-

sache ist, dass Zahnhälse frei liegen. Oft ist ein Zahnfleischrückgang infolge einer Parodontitis feststellbar. Auch falsche Zahnpflichtechnik oder zu starker Druck beim Zähneputzen können Zahnhälse freilegen. Weitere Ursachen können mikroskopisch kleine Absprengungen der Zahnhartsubstanz durch das so genannte Nachtknirschen sein. Außerdem können Säureschädigungen - bedingt durch übermäßigen Konsum von Zitrusfrüchten, Fruchtsäften, sauren Drops oder Ähnlichem - einen Zahnschmelzabrieb verursachen.

**Was genau passiert, wenn die Zahnhälse frei liegen und empfindlich sind?**

DR. BRUINIER: Bei Zahnhalsdefekten liegen mikroskopisch kleine Dentinkanälchen frei, die mit dem Nerv des Zahnes eine Einheit bilden. In diesen Kanälchen befindet sich eine Flüssigkeit, die äußere Reize an den Nerv weiterleitet und einen stechenden Schmerz auslösen kann.

**Muss ich mit diesem Problem zum Zahnarzt?**

DR. BRUINIER: Sind Zähne wiederkehrend schmerzempfindlich, ist ein Zahnarztbesuch ratsam. Nur dieser kann die richtige Diagnose stellen. Neben den bereits erwähnten freiliegenden Zahnhälßen können auch Karies oder undichte Füllungen und unzulänglicher Zahnersatz Ursache für die Beschwerden sein.

**Was macht der Zahnarzt?**

DR. BRUINIER: Ist die Ursache für die Schmerzempfindlichkeit eine Parodontitis, muss diese zahnärztlich behandelt werden. Handelt es sich um fortgeschrittene oder kariöse



**Autsch! Kaltes, Heißes, Süßes und Saures kann bei empfindlichen Zähnen Schmerzen verursachen.**

Foto: dpa

Zahnhalsdefekte, lassen sie sich durch Zahnhalsfüllungen aus speziellen Kunststoffen versorgen. Kleine kariesfreie Zahnhalsdefekte können mit remineralisierenden Lacken versiegelt werden. Patienten, die nachts knirschen, benötigen eine Knirscherschiene. Auch Fluoridierungen beim Zahnarzt und bei der häuslichen Mundhygiene unterstützen die Desensibilisierung.

**Was kann ich selbst tun?**

DR. BRUINIER: Verschiedene Zahnpasten, Gele und Mundspüllösungen können bei regelmäßigem und richtigem Gebrauch unterstützend wirken. Es empfiehlt sich, eine Zahnbürste mit mittelharten,

abgerundeten Borsten zu verwenden, welche mit möglichst wenig Druck und kreisenden Bewegungen von rot (Zahnfleisch) nach weiß die Zähne schonend säubert.

**Kann es schlimmer werden?**

DR. BRUINIER: Wird eine Parodontitis nicht behandelt oder werden Zahnhälse durch falsche Putztechnik frei geschrubbt, schädigt das Zähne und Zahnhalteapparat dauerhaft. Um das zu vermeiden, sind regelmäßige Kontrolluntersuchungen und Mundhygieneunterweisungen beim Zahnarzt sinnvoll.

**Können Zahnhalsdefekte wieder mit Zahnfleisch bedeckt werden?**

DR. BRUINIER: Verloren gegangenes Zahnfleisch kann durch eine plastische Deckung funktionell und ästhetisch wiederhergestellt werden. In einer kleinen, mikrochirurgischen Operation wird dabei Zahnfleisch mithilfe eines Bindegewebsstransplantates rekonstruiert.

**Welche Behandlung zahlt die Krankenkasse, was muss der Patient übernehmen?**

DR. BRUINIER: Die gesetzliche Krankenkasse übernimmt die Kosten von Zahnhalsfüllungen aus einfachen Kunststoffen. Möchte der Patient, dass keramikverstärkter Kunststoff verwendet wird, fallen lediglich Mehrkosten an. Auch die Behandlung überempfindlicher Zahnflächen sowie das Anfertigen einer Knirscherschiene wird von den gesetzlichen Kassen übernommen. Bei der Versiegelung mit Speziallacken handelt es sich genauso wie bei der plastischen Deckung um reine Privatleistungen.

## Zur Person

Dr. Martin Bruinier



**Martin Bruinier**

Dr. Martin Bruinier stammt aus Lüneburg und lebt seit 1971 in Kassel. Er studierte Medizin in Marburg und Zahnmedizin in Göttingen. Seit sechs Jahren betreibt er seine Praxis mit den Schwerpunkten Implantologie und Parodontologie auf der Marbachshöhe. Martin Bruinier ist verheiratet und hat drei Kinder. (pbd)



**Gesundheit Nordhessen**  
Seniorenwohnanlagen  
Lindenberg

**Tag der offenen Tür**

Seniorenwohnanlage Lindenberg  
Samstag, 16. Mai 2009 | 11-16 Uhr

Beratung - Information - Führung - Besichtigung

SWA Lindenberg | Faustmühlenweg 31 | 34123 Kassel

Betreutes Wohnen - Stationäre Versorgung - Kurzzeitpflege  
Verhinderungspflege - Ambulanter Pflegedienst