

# Zähne im besten Alter

Schöne und gesunde Zähne ein Leben lang – das ist der Wunsch vieler. Doch gerade im Alter verändern sich Zähne und Kiefer, nehmen altersbedingte Funktionseinschränkungen und Schädigungen zu. Damit man trotzdem kräftig zu beißen und mit einem strahlenden Lächeln punkten kann, bietet die Zahnmedizin viele Möglichkeiten.

**VON HELGA KRISTINA KOTHE**

Mit dem Alterungsprozess verändern sich die verschiedenen Gewebearten im Mundraum. In welchem Tempo sich dieser Prozess vollzieht und ob damit Erkrankungen der Zähne und des Zahnhalteapparats verbunden sind, ist verschieden. „Eine gute Mundhygiene, eine ausgewogene Ernährung, die Teilnahme an den zahnärztlichen Vorsorgeuntersuchungen und Prophylaxemaßnahmen wie die professionelle Zahnreinigung unterstützen die Mundgesundheit“, erläutert Dr. Martin Bruinier, Zahnarzt in Kassel. Insbesondere eine gesunde Ernährung, die viele Vitamine, gute Kohlenhydrate und Mineralstoffe enthält, wird oft unterschätzt. „Obst, Gemüse, Fisch, mageres Fleisch und Vollkornprodukte gehören auf den Speiseplan“, informiert Dr. Bruinier.

Umgekehrt können Allgemeinerkrankungen, spezifische Lebensgewohnheiten wie rauchen, eine schlechte Mundhygiene und ungesunde Ernährung oder bestimmte Medikamente sich negativ auswirken und Erkrankungen im Mundraum fördern. „Deshalb ist es vor allen Behandlungen unerlässlich, den allgemeinen Gesundheitszustand und Grunderkrankungen zu beachten“, sagt Dr. Bruinier. Oft ist eine Zusammenarbeit und Abstimmung mit dem Hausarzt und weiteren Fachdisziplinen sinnvoll. Ein Blutbild gibt Aufschluss über mögliche Entzündungen. Und auch das Röntgen ist ein Diagnosemittel. „So lassen sich Zysten, Sekundärkaries oder Kiefergelenksarthrose eindeutig diagnostizieren.“

## Parodontitis behandeln

Mit steigendem Alter steigt auch die Wahrscheinlichkeit einer Zahnbettentzündung,

der sogenannten Parodontitis. Für den Patienten ist diese zunächst nicht erkennbar, sie schreitet jedoch in einem schleichenden Prozess fort. „Zahnfleischbluten, unangenehmer Mundgeruch und lange Zahnhälse sind Anzeichen. Im fortgeschrittenen Stadium beginnen die Zähne zu wackeln“, berichtet Dr. Bruinier. Parodontitis ist jedoch gut behandelbar. Die Therapie dauert mehrere Sitzungen und ist weitaus weniger schmerzhaft als viele Patienten annehmen.

## Individueller Zahnersatz

Ebenso ist mit zunehmendem Alter auch Zahnersatz ein Thema. Ob einzelne oder mehrere Zähne fehlen, oder ein beziehungsweise beide Kiefer zahnlos sind – die moderne Zahnprothetik wird funktionellen wie auch ästhetischen Ansprüchen gerecht. Dazu gehören festsitzender Zahnersatz wie Kronen und Brücken und herausnehmbare Prothesen. Die Zahnersatzplanung wird genau auf die individuellen Bedürfnisse der Patienten abgestimmt. „Wichtig ist, den Zahnersatz auf die exakte Kiefergelenksposition anzupassen, damit später der Biss stimmt“, erläutert Dr. Bruinier.

Implantate sind oft eine sehr gute Möglichkeit, Lücken zu schließen. Sie bieten Halt für festen und herausnehmbaren Zahnersatz. Auch Vollprothesen lassen sich durch ein oder wenige Implantate fest verankern. Implantate sind jedoch nicht immer möglich. Bei Grunderkrankungen wie Diabetes mellitus, Krebs oder einer chronischen Parodontitis ist die Gefahr zu groß, dass Implantate nicht einheilen können.

„Gerade bei älteren Patienten ist eine gute Pflegebarkeit und bei möglichem weiterem Zahnverlust eine gute Erwei-

Gesunde Zähne: Gute Pflege und regelmäßige Prophylaxe leisten auch im Alter einen wichtigen Beitrag dazu.

Foto: Gettyimages



terbarkeit zu beachten“, erklärt Dr. Martin Bruinier.

Teleskopprothesen bieten hohen Tragekomfort

Eine Lösung, die diese Anforderungen erfüllt, zudem schonend für den Restzahnbestand ist und über einen hohen Tragekomfort verfügt, ist die Teleskopprothese. Sie kann ohne Gaumenplatte und Unterzungenbügel eingesetzt

werden. Sie ist eine Kombination aus festsitzenden und herausnehmbaren Zahnersatz.

### KONTAKT

**Dr. Martin Bruinier,**  
Zahnarzt, Implantologe,  
Parodontologe in Kassel,  
☎ 0 56 1 / 510 50 88

MODERNE ZAHNHEILKUNDE | **DR. MARTIN BRUINIER**



[www.bruinier.de](http://www.bruinier.de)

*M. Bruinier*

VERTRAUEN IN KOMPETENZ

IMPLANTOLOGIE | ZAHNERSATZ | PARODONTOLOGIE

Dr. med. dent. Martin Bruinier  
Brandenburger Str. 4  
34131 Kassel  
Tel 0561 5105088

Wilhelmshöher Allee  
Landgraf-Karl-Str. **DB ICE**  
**BUS** 1261 Druseltalstr.  
**P** Bertha-von-Sürmer-Str.  
Brandenburger Str. 4