Zahngesund im Urlaub - KpZ rät, Zähne und Zahnersatz vor der Abreise untersuchen zu lassen

Letzte Aktualisierung Freitag, 3. August 2012

Die Freude u ber freie Urlaubstage wird schnell getru bt, wenn die Prothese dru ckt, ein Backenzahn pocht oder eine Fu llung herausfa llt. Damit diese Probleme erst gar nicht entstehen, empfiehlt das Kuratorium perfekter Zahnersatz e. V. (KpZ) allen Reisenden, sich vor dem Urlaubsantritt beim Zahnarzt durchchecken zu lassen.

Besonders bei Fernreisen kann eine Zahnarztbehandlung am Urlaubsort mit viel Aufwand und Stress verbunden sein, die Erholung bleibt dann schnell auf der Strecke. „Wer einen Urlaub plant, sollte rechtzeitig vorher seinen Zahnarzt aufsuchen, damit kleine Defekte noch vorab behandelt werden ko nnen“, ra t Professor Hans-Christoph Lauer, Leiter des Wissenschaftlichen Beirates des KpZ und Direktor der Poliklinik fu r Zahna rztliche Prothetik der Johann-Wolfgang-Goethe-Universita t Frankfurt.

Auch Patienten mit Zahnersatz sollten vor einer Reise die Vorsorge-Untersuchung beim Zahnarzt wahrnehmen: „Der Zahnmediziner u berpru ft dabei den allgemeinen Zustand der Versorgung, stellt sicher, dass die Prothese nicht wackelt oder dru ckt, und untersucht den Zahnersatz zum Beispiel auf versteckte Risse“, erkla rt Lauer. Bei Bedarf kann der Zahnarzt die Prothese an ein Dentallabor schicken, wo der Zahnersatz genauestens u berarbeitet und im Anschluss professionell gereinigt wird. Damit Patienten in einem solchen Fall nicht lange auf ihren Zahnersatz verzichten mu ssen, ko nnen sie zusammen mit ihrem Zahnarzt auch einen Termin direkt bei einem Dentallabor machen.

„Patienten mit herausnehmbarem Zahnersatz sollten außerdem u berlegen, eine Reiseprothese anfertigen zu lassen“, so Lauer. Empfehlenswert sei es, schon bei der Neuanfertigung einer Prothese gleich nach einer zweiten zu fragen, da diese dann parallel zur Herstellung der Erstprothese angefertigt wird. „Dieser ‚Ersatz‘ ist auch im Notfall im Urlaub schnell zur Hand und die ‚richtige‘ Prothese kann nach der Ru ckkehr in aller Ruhe vom Zahnarzt und heimischen Dentallabor repariert werden.“

Zahnarztbesuch: Vor Ort oder daheim?

Doch was tun, wenn es im Urlaub trotz aller Vorsorge zu Komplikationen mit den Za hnen oder dem Zahnersatz kommt? „Handelt es sich um kleinere Unfa lle wie zum Beispiel einen herausgefallenen Prothesenzahn, die Teilfraktur der Verblendung einer Krone oder ein Stu ck abgesplitterter Zahnhartsubstanz, kann mit der Behandlung oftmals gewartet werden, bis der Patient wieder zu Hause ist“, beruhigt Professor L

Herausgefallener Zahnersatz, insbesondere Kronen und Bru cken, sollte hingegen von einem Zahnarzt am Urlaubsort zumindest provisorisch wieder eingesetzt werden, um Scha den an den beschliffenen Za hnen oder Verschiebungen zu vermeiden. Grundsa tzlich gilt: „Treten im Urlaub Zahnschmerzen oder Schwellungen der Mundschleimhaut auf oder sind große Zahnstu cke herausgebrochen, sollten die Patienten sich direkt vor Ort in Behandlung begeben“, so der Experte.

Auch wenn Kinder u ber Schmerzen im Mundraum klagen oder sich bei einem u bermu tigen Spiel einen Zahn ausgeschlagen haben, muss sofort ein Zahnarzt vor Ort konsultiert werden. Der ausgeschlagene Zahn ist in H-Milch, steriler Kochsalzlo sung oder einer sogenannten Zahnrettungsbox feucht zu halten. Er kann dann durch einen Zahnarzt wieder eingesetzt werden und wieder anwachsen.

Weitere Informationen rund um das Thema Za hne, Zahnersatz und Mundgesundheit finden Interessierte auf den Internetseiten des Kuratoriums unter www.zahnersatz-spezial.de.

Checkliste: Zahngesund im Urlaub

- „Ich packe meinen Koffer...“: Neben Sonnencreme und Strandlektu re sollten im Reisegepa ck natu rlich auch Zahnbu rste, Zahnpasta und Zahnseide ihren Platz finden. Fu r Notfa lle empfiehlt sich außerdem ein leichtes Schmerzmittel. Wer eine elektrische Zahnbu rste verwendet: gegebenenfalls auch an einen Adapter fu r die Steckdose denken. Sollten Patienten im Besitz einer Reiseprothese sein, hat es sich bewa hrt, diese im Gepa ck zu haben.

- Kein Urlaub von der Zahnspange: Gerade im Urlaub wollen Kinder und Jugendliche gerne mal auf ihre Spange verzichten. Um den Behandlungserfolg nicht zu gefa hrden, sollten Eltern darauf achten, dass Spange und passende Aufbewahrungsbox mit von der Partie sind – und ihre Schu tzlinge bei Bedarf vor Ort daran erinnern, diese auch einzusetzen.• „Andere La nder...“: Gerade bei Urlaub in su dlichen La ndern kann es durch ungewo hnliche Gewu rze oder scharfes Essen passieren, dass die Mundschleimhaut gereizt und empfindlich wird. Spezielle Mundspu llo sungen und Tinkturen zum Gurgeln ko nnen Abhilfe schaffen.

- Gesunde Frische fu r unterwegs: Auch bei langen Reisezeiten muss die Zahnpflege nicht auf der Strecke bleiben. Ein Reisezahnputzset passt ins kleinste Handgepa ck und verschafft innerhalb weniger Augenblicke ein frisches und sauberes Gefu hl. Im Notfall hilft ein zuckerfreies Zahnpflege-Kaugummi. Netter Nebeneffekt: Das Kaugummi hilft auch gut gegen Reiseu belkeit.

- Wenn die Prothese dru ckt: Sollten Sie im Urlaub plo tzlich Probleme mit Ihrer Prothese bekommen, ko nnen Sie sich vor Ort mit einer Druckstellensalbe oder Ihrer Zweitprothese behelfen – in schlimmeren Fa llen sollten Sie vor Ort einen Zahnarzt aufsuchen. Sie du rfen in keinem Fall versuchen, die Prothese selbst abzuschleifen oder zu kleben, da sie dadurch stark bescha digt werden kann. Besser: Zuru ck in Deutschland kann Ihr Zahnarzt zusammen mit dem o rtlichen Dentallabor die Prothese schnell wieder in Ordnung bringen und die gewohnte gute Funktion wieder herstellen.

- Was tun bei Schmerzen? Verzichten Sie auf Kaffee und Nikotin und meiden Sie direkte Sonneneinstrahlung – Hitze wu rde die Schmerzen jetzt nur verschlimmern. Ku hle Umschla ge