

So bekam ich mein Lächeln zurück

Feste dritte Zähne an nur einem Tag: Wie eine Münchnerin (80) ihre Angst überwand

München – Millionen Menschen leiden unter schlechten Zähnen – besonders im Seniorenalter. Studien zufolge hat fast jeder Vierte im Alter über 65 Jahre nur noch wenige oder gar keine eigenen Zähne mehr im Mund. Aus Angst vor Schmerzen, einem langwierigen Behandlungsmarathon und hohen Kosten schrecken viele Betroffene vor einer Behandlung zurück. Dabei bietet die moderne Zahnmedizin heute eine Fülle von Möglichkeiten, um den Patienten effektiv zu helfen. So wie Hannelore Pobegailo.

Die 80-jährige Münchnerin kann dank Zahnimplantaten wieder nach Herzenslust kauen und lachen. In unserer Zeitung erzählen die Patientin, ihre Zahnärzte Dr. Christian Maischberger und Prof. Hannes Wachtel, wie das Einsetzen von festen dritten Zähnen an nur einem Tag funktioniert. Darüber hinaus gibt es alle wichtigen Infos zu Zahnimplantaten.



Strahlt mit ihrem Fernsehliebling Monaco Franze um die Wette: Hannelore Pobegailo an der Helmut-Fischer-Statue an der Münchner Freiheit. MARCUS SCHLAF

„Ich wollte keine stundenlangen Schmerzen ertragen müssen.“

Hannelore Pobegailo über ihre Zahn-OP in Vollnarkose.

Lachen ist ihr Lebenselixier – und Herzlichkeit hat Hannelore Pobegailo stets durchs Leben getragen. Als langjährige Rosenverkäuferin auf der Wiesn konnte die Hanni, wie sie ihre Freunde nennen, sogar dem großen Grantler Franz Josef Strauß das eine oder andere Lächeln entlocken. „Ich habe ihm jedes Jahr in seiner Box eine Rose überreicht“, erinnert sich die Münchnerin schmunzelnd. „Wer von Haus aus fröhlich ist so wie ich, der nimmt vieles leichter – auch in schweren Zeiten.“ Umso geknickter war die 80-jährige, als ihr Lächeln mit dem Alter zunehmend verblasste. Die Jahre hinterließen Spuren an den Zähnen. Zunächst überbrückten Kronen das Dilemma, aber auch diese nahmen mit der Zeit zunehmend Schaden. Irgendwann stand fest, dass sie nicht mehr um eine große Gebissanierung herumkommt.

„Ich wusste zwar, dass ich mir unbedingt die Zähne machen lassen muss, trotzdem habe ich die Entscheidung immer wieder vor mir hergeschoben. Ich hatte einfach Angst.“ Zwei Jahre brauchte Hannelore Pobegailo, bis sie endlich ihren ganzen Mut zusammennahm



In jungen Jahren: Hannelore Pobegailo als Rosenverkäuferin auf der Wiesn. PRIVAT



In den 1970er-Jahren: Auf der Wiesn überreicht Hanni Franz Josef Strauß eine Rose. PRIVAT

und in die Implaneo Dental Clinic in Bogenhausen marschierte. Das Zahnärzte-Team um Professor Hannes Wachtel und Dr. Christian Maischberger ist unter anderem darauf spezialisiert, feste dritte Zähne an einem Tag einzusetzen. „Dazu setzen wir je vier bis sechs künstliche Zahnwurzeln in den Ober- und Unterkiefer. Sie reichen aus, um später die Brücken mit den künstlichen Zähnen stabil zu tragen“, erklärt

Maischberger. Die Patienten haben in der Regel keine oder nur noch erkrankte eigene Zähne im Mund. Letztere werden gezogen.

Der Eingriff erfolgt unter Vollnarkose. „Mir war ganz wichtig, dass ich nichts von der Behandlung mitbekomme. Ich wollte keine stundenlangen Schmerzen und diese fiesigen Bohrgeschäfte ertragen müssen“, berichtet Pobegailo. Während des Eingriffs betreute sie



Die Chemie passt zwischen Hannelore Pobegailo und ihrem Zahnarzt Dr. Christian Maischberger. PRIVAT

ein erfahrener Narkosearzt. „Ein eigener Anästhesist ist ein wertvoller Partner für uns“, erläutert Wachtel. „Durch ihn können wir uns zum einen ganz auf unsere Arbeit im Mund konzentrieren und zum anderen auch Risikopatienten beispielsweise mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen sehr sicher operieren.“

Als Hannelore Pobegailo aus der sanften Dämmerung der Narkose erwachte, waren ihre

neuen Zähne längst vorbereitet. „Ein Schlüssel zum Erfolg ist die digitale Planung“, sagt Maischberger. Und die beginnt praktisch nur eine Tür weiter in den Hightech-Laboren der Implaneo Dental Clinic. Dort haben Zahntechniker Pobegailos Gesicht mit einem speziellen 3D-Scanner fotografiert. Dabei werden die charakteristischen Mundbewegungen erfasst. „Eine Software berechnet dann einen dreidimensionalen

Gesichtsscans“, erklärt Maischberger. „In diese 3D-Ansicht kann der Zahntechniker die neuen Zähne praktisch hineinplanen. Zudem wird berechnet, in welcher Position die Zahnimplantate – also die künstlichen Zahnwurzeln aus Titan – im Kiefer des Patienten verankert werden sollten.“

Bereits am Nachmittag des OP-Tages bekam die Münchnerin ihre neuen Zähne eingesetzt. Sie sind hochstabil und von echten Zähnen praktisch nicht zu unterscheiden. „Noch am selben Abend konnte ich damit vorsichtig kauen.“ Am Tag der OP wurden fest verschraubte Provisorien eingesetzt. Diese stellen ein identisches Abbild der endgültigen Keramikzähne dar und dienen dem Patienten als Testlauf. Einige Monate später erhielt sie ihre endgültigen neuen Zähne.

Seitdem genießt Hannelore Pobegailo das Leben wieder in vollen Zügen. „Ich bin auch wieder offener geworden, nicht mehr so verkrampft, traue mir in jeder Situation ein Lächeln zu. Das gibt mir Kraft und Selbstbewusstsein. Vor der Behandlung war das anders, da habe ich mir öfter die Hand vor den Mund gehalten, damit meine Zahnprobleme nicht so auf

„Ein Schlüssel zum Erfolg liegt in der digitalen Planung“

Zahnarzt Dr. Christian Maischberger

AUS DER MEDIZIN

Prostata: Kasse zahlt jetzt PET/CT

Berlin – Gesetzlich versicherte Patienten, bei denen ein hohes Risiko für metastasierten Prostatakrebs festgestellt wurde, können seit Jahresbeginn eine hochsensitive Diagnostik in Anspruch nehmen. Mit dem als PSMA-PET/CT bezeichneten Verfahren können auch kleinste Tumoren im Körper aufgespürt werden. Dieses mehr Patienten anbieten zu können, sei ein großer Fortschritt, sagt Prof. Detlef Moka, Vorsitzender des Berufsverbands Deutscher Nuklearmediziner. Das Prostatakarzinom ist mit mehr als 68 000 neu diagnostizierten Erkrankungen pro Jahr die häufigste Krebserkrankung bei Männern in Deutschland; trotz verbesserter Behandlungsmöglichkeiten ist es noch immer die dritthäufigste Krebs-Todesursache. Weil der Krebs im Frühstadium nur wenige oder gar keine Beschwerden verursacht, wird er oft erst spät erkannt. Das Kürzel PSMA steht dabei für „Prostata-spezifisches Membran-Antigen“, ein Oberflächenmarker, der auf gesunden Prostatazellen nur in geringen Mengen vorkommt. „Auf Prostata-Krebszellen ist



PET/CT steht jetzt auch Kassenpatienten zu. PANTHERMEDIA

fallen. Jetzt bin ich einfach nur glücklich, dass ich wieder nach Herzenslust lachen kann.“

Dieses neue Lebensgefühl hat sie eine Stange Geld gekostet. „Ich habe praktisch einen Kleinwagen in meine Zähne investiert. Aber das war's mir wert, dafür habe ich gespart. Ich wusste genau, was auf mich zukommt – dadurch habe ich Vertrauen gefasst und bin nicht enttäuscht worden.“

Nun freut sich die Münchnerin darauf, wieder ihre Stadt und das Leben zu genießen – „bei einem reschen Schweinsbraten mit Kruste im Biergarten oder bei einem Weißwurst-Frühstück mit Freunden“. Nebenbei arbeitet sie immer noch als Assistentin bei der Deutschen Bank. „Ich bin schon seit Jahrzehnten in der Banken- und Versicherungsbranche beschäftigt, unter anderem bei der ARAG. Das macht mir immer noch Spaß. Ich mag einfach den Kontakt zu Menschen.“ Natürlich mit einem Lächeln im Gesicht.

PSMA dagegen in deutlich größeren Mengen vorhanden“, erklärt Moka. Je aggressiver der Tumor wächst und Metastasen bildet, desto höher seien auch die PSMA-Werte. Daher sei der Marker hervorragend geeignet, Tumoren sowohl in der Prostata selbst als auch in Lymphknoten oder an anderen Stellen des Körpers aufzufindig zu machen. „Finden sich nur einzelne Metastasen, können diese operativ entfernt und/oder gezielt bestrahlt werden“, sagt Moka. Hat der Krebs dagegen bereits weit gestreut, werde versucht, ihn medikamentös zurückzudrängen. SVS

Wenn Apfelsaft, dann naturtrüb

Köln – Der Darm beeinflusst das gesamte Immunsystem des Körpers. Er muss einerseits Nährstoffe aufnehmen, andererseits als Barriere wirken und Bakterien abwehren. Diese Eigenschaft bezeichnet man als Darmbarriere. Eine Studie der



Naturtrüber Apfelsaft ist gesund. VDF

Deutschen Sporthochschule Köln zeigt nun, dass sich das Trinken von naturtrübem Apfelsaft positiv auf die Funktion der Darmbarriere auswirkt. Intensive körperliche Aktivität vermindert die Barrierefunktion im Darm. Hinzu kommt, dass die Aufnahme von Zucker nach körperlicher Belastung die Regeneration des Darms verlangsamen kann. Wird der Zucker jedoch eingebettet in einer Fruchtsaftmatrix aufgenommen, wie bei naturtrübem Apfelsaft, können diese negativen Effekte deutlich abgemildert werden. SVS

Kosten, Chancen, Risiken: Alle Infos zu Zahnimplantaten

Welche Vorteile bieten Zahnimplantate?

Die Initiative „pro Dente“ der Bundeszahnärztekammer nennt unter anderem folgende Vorteile: „Gesunde Nachbarzähne bleiben unberührt. Implantate unterscheiden sich kaum von natürlichen Zähnen. Sie sind belastbar wie ein natürlicher Zahn. Das Implantat überträgt den Kaukontakt direkt auf den Kieferknochen. Implantate vermeiden Knochen-schwund.“

Für welche Patienten eignen sich Zahnimplantate?

Die Bundeszahnärztekammer hält Implantate dann für sinnvoll, wenn dadurch gesunde Zähne nicht beschliffen werden müssen oder wenn Patienten mit ihrer herausnehmbaren Prothese nicht gut zurecht kommen. „Patienten, die mehr Wert auf eine medizinische und ästhetisch hochwertige Versorgung legen, entscheiden sich häufig für ein Implantat.“

Raucher haben ein erhöhtes Risiko für Komplikationen. Probleme können auch Diabetes, schwere Herz- und Kreislauferkrankungen, eine geschwächte Immunabwehr, Rheuma oder Osteoporose verursachen. Wichtig: Wer sich Implantate setzen lässt, muss diese diszipliniert pflegen. Wer hier nachlässig ist, sollte eher eine herausnehmbare Prothese tragen.

Kann man sich auch bei schlechter Knochenqualität Implantate setzen lassen?

Dies ist in sehr vielen Fällen möglich, weil Experten über verschiedene Knochenaufbauverfahren und Techniken in der Verankerung der Implantate im Knochen verfügen.

Wie lange halten Zahnimplantate?

Nach Angaben der Deutschen Gesellschaft für Parodontologie (DG Paro) werden Zahnimplantate bereits seit vielen Jahren erfolgreich eingesetzt. Stu-



Zahnimplantate sind künstliche Zahnwurzeln aus Titan, die im Kieferknochen verankert werden. OLIVER KILLIG

dien zeigen, dass 95 Prozent der Implantate weit länger als fünf Jahre halten. Auch die Bundeszahnärztekammer berichtet, dass „Implantate in der Regel problemlos einheilen können“. Implantatverluste hängen laut Kammer oft mit einer unzureichenden Mundhygiene zusammen.

Wie muss man Implantate pflegen?

Zahnimplantate sollten zwei Mal am Tag gründlich geputzt

werden – auch mit Zahnseide und Zahnzwischenraumbürsten. Darüber hinaus sind regelmäßige Kontrollen in der Zahnarztpraxis empfehlenswert. Üblich sind laut DG Paro Abstände von drei bis sechs Monaten. Bei den Terminen werden Implantate, Zähne und Zahnfleisch kontrolliert und professionell gereinigt. „Die professionelle Implantatreinigung ist aufwendiger und dauert daher auch länger als die Reinigung von Zähnen.“

Woran erkennt man, dass sich Implantate entzünden?

Experten unterscheiden zwischen Mukositis, einer Entzündung des Weichgewebe um das Implantat, und Periimplantitis. Dabei greift die Entzündung auch den Knochen an. Beide Fälle sind für Laien oft nur schwer zu erkennen, da diese Entzündungsprozesse zunächst schmerzfrei verlaufen können. Deshalb sind die regelmäßigen Zahnarzt-Kontrollen so wichtig. „Deutliches Alarmzeichen ist eine erhöhte Blutungsneigung des Zahnfleisches“, warnt die DG Paro. „Am ehesten bemerken Sie es beim Zähneputzen, wenn beim Ausputzen oder bei der Arbeit mit der Zahnzwischenraumbürste oder mit der Zahnseide Blut zu sehen ist.“

Welche Risiken bergen Implantate?

Im Unterkiefer können im Knochen verlaufende Nerven verletzt werden, darunter der

Trigeminusnerv. „Dabei kann es zu einem Taubheitsgefühl in der betroffenen Unterlippen- und Kinnsseite kommen“, erläutert die Bundeszahnärztekammer. Bei den Eingriffen am Oberkiefer können Nasen- oder Kieferhöhlenboden beschädigt werden. Solche Komplikationen kommen aber vor allem bei digitaler Planung des Eingriffs sehr selten vor.

Wie viel kosten Zahnimplantate?

Die Spanne der Kosten ist sehr weit und hängt auch vom Einzelfall ab. In der Regel müssen Patienten im Großraum München für einen einzelnen Implantat-Zahn zwischen 3000 und 5000 Euro bezahlen. Ein komplettes Gebiss aus festen dritten Zähnen kostet 30 000 bis 40 000 Euro. Die meisten Versicherten müssen den Löwenanteil selbst stemmen, die gesetzlichen Krankenkassen zahlen in der Regel nur einen Zuschuss von einigen hundert Euro.