

**Biemadent GmbH rät:**

## Zahncheck vor dem Urlaub

Das Auto kommt zum Urlaubsscheck in die Werkstatt – und die Zähne? Die rechtzeitige Stippvisite beim Zahnarzt kann in den schönsten Wochen des Jahres viel Stress ersparen. Denn am Strand ist Entspannung angesagt, wer möchte da schon mit einer dicken Backe sitzen und dem Zahnarzt womöglich in einer fremden Sprache seine Schmerzen schildern?

Die Liste verrät Ihnen, worauf der Zahnarzt bei einem Check vor Ihrem Urlaub besonderen Wert legt, und wie Sie Ihre Zähne im Urlaub am besten schützen.

- Karies, auch wenn sie erst im Anfangsstadium ist, wird behandelt.
- Füllungen werden geprüft. Lockere oder schadhafte Füllungen werden ausgetauscht. Vor allem Taucher sollten be-

sonders auf kaputte Füllungen achten. Während dem Tauchen sind sie extremen Druckunterschieden ausgesetzt. Das kann dazu führen, dass sich defekte Füllungen lösen, manchmal sogar regelrecht „explodieren“, was zu einer Schockreaktion führen kann.

- Zahnstein und Beläge werden entfernt, damit keine Zahnfleischentzündungen entstehen können.
- Der Sitz der Prothese wird überprüft und gegebenenfalls korrigiert.
- Mit Hilfe von gezielten Röntgenaufnahmen können versteckte Probleme rechtzeitig entdeckt und behandelt werden.
- Durch landesübliche Ernährung und Gewürze, besonders in südlichen Ländern, können trotz der besten Vorsorge Rei-

zungen der Mundschleimhaut und des Zahnfleisches auftreten. Fragen Sie Ihren Zahnarzt vorsorglich nach speziellen Tinkturen und Lösungen zur Behandlung.

- Wichtig sind Hinweise zur richtigen Zahn- und Mundhygiene insbesondere auch der Zahnzwischenräume mit Zahnbürste und Zahnzwischenraumbürsten. Für zwischendurch ist auch ein zuckerfreier Zahnpflegekaugummi sinnvoll.
- Informieren sie sich für Notfälle, wo in der Nähe Ihres Urlaubsortes ein Zahnarzt ist.
- War früher der Auslandskrankenschein unentbehrlicher Bestandteil im Reisegepäck, ist seit dem 1. Juni 2004 in Europa die neue Europäische Krankenversicherungskarte EHIC (European Health Insurance Card) gültig.