



www.prodente.de
 www.zahnbande.de

Richtig Handeln – Zahn retten

// Ob Fahrradfahren, Fußball oder Hockey: Nur in wenigen Sportarten ist ein Zahnschutz für Profis vorgeschrieben. Auch in der Freizeit tragen Kinder, Jugendliche oder Erwachsene selten Zahnschutz-Schienen.

Dabei ereignen sich bis zu 15 Prozent aller Zahnverletzungen beim Sport. In den meisten Fällen sind die oberen Schneidezähne betroffen. Abgebrochene oder herausgeschlagene Zähne können erhalten werden. Entscheidend ist: Was tun Unfallopfer und die möglichen Helfer? Um die Chance zu wahren, einen ausgeschlagenen Zahn erfolgreich wieder einzusetzen, muss er richtig aufbewahrt werden. Am besten eignet sich eine Zahnrettungsbox für den Transport. Der Verletzte sollte dann umgehend einen Zahnarzt oder eine Zahnklinik aufsuchen. Blutet

die Wunde stark, sollte mit einem Stofftaschentuch oder sterilem Verbandsmaterial Druck auf die Stelle ausgeübt werden. Dann den Mund von außen kühlen.



Die Zahnrettungsbox enthält ein spezielles Nährmedium. Darin können die empfindlichen Zellen der Zahnwurzelhaut max. 48 Stunden überleben.

Wie verhalte ich mich richtig?

- + Ausgeschlagene Zähne oder Zahnteile sofort suchen.
- + Nur die Zahnkrone, nicht die Zahnwurzel anfassen.
- + Ist der Zahn verschmutzt, nicht reinigen oder desinfizieren.
- + Den Zahn sofort in eine Zahnrettungsbox legen. Standortverzeichnis unter <https://toothrescueconcept.info/box-locations/>
- + Ist keine Zahnrettungsbox vorhanden, das nächstbeste verfügbare Medium verwenden. Achtung: Aufbewahrung für nur eine halbe bis zwei Stunden. Rangfolge Lagerung:
 1. Zellnährmedium (Zahnrettungsbox)
 2. H-Milch (gekühlt)
 3. In Frischhaltefolie einwickeln
 4. Kochsalzlösung (Apotheke)
 5. Nicht geeignet: Wasser, Speichel, feuchtes Taschentuch, Mund, Trockenlagerung
- + So schnell wie möglich in Zahnrettungsbox umlagern.
- + Umgehend eine Zahnklinik oder eine Zahnarztpraxis aufsuchen.
- + Zahnunfall der Krankenversicherung melden (Versicherungsanspruch).





Zahnunfall – was tun?

// Bei einem Zahnunfall kann es zu zahlreichen Verletzungen kommen:



Der Zahn ist angeschlagen

Wenn der Zahn bei Berührung, beim Kauen oder beim Zähneputzen empfindlich ist, sollten Sie in den nächsten Tagen zum Zahnarzt gehen. Ist der Zahn sogar gelockert, empfiehlt sich ein Zahnarztbesuch möglichst am selben Tag. Er kann den Zahn mit einer Schiene für wenige Tage schützen, bis er geheilt ist.



Der Zahn ist verschoben

Suchen Sie möglichst am selben Tag einen Zahnarzt auf. Bei stärkerer Blutung in ein sauberes Stofftaschentuch beißen. Der Zahnarzt rückt den gekippten, verlagerten oder gedrehten Zahn wieder in die ursprüngliche Position und schient ihn für einige Zeit.



Der Zahn ist ausgeschlagen

Den ausgeschlagenen Zahn in eine Zahnrettungsbox legen. Für eine kurze Zeit eignen sich kalte H-Milch oder Frischhaltefolie. Den Zahn nicht an der Wurzel anfassen, reinigen oder trocken lagern. Suchen Sie sofort einen Zahnarzt auf! Er kann den Zahn in sein Knochenfach zurücksetzen und an den Nachbarzähnen schienen. Die Aussicht, dass der Zahn wieder einheilt und dauerhaft erhalten bleibt, ist sehr gut – vorausgesetzt die empfindliche Wurzelhaut ist durch falsche Lagerung nicht zu stark geschädigt. Fast immer sind Wurzelkanalbehandlungen nach einem zeitlichen Schema notwendig. Bitte die vom Zahnarzt vorgegebenen Termine unbedingt einhalten. Bereits Verzögerungen von wenigen Tagen können zu Zahnverlust führen.



Die Zahnkrone ist gebrochen

Abgebrochene Zahnstücke suchen und in Wasser lagern. Gehen Sie möglichst am selben Tag zum Zahnarzt. Er kann abgebrochene Zahnstücke wieder ankleben oder den Zahn mit ästhetischen Materialien aufbauen. Zahnfarbener Kunststoff (Komposit) kann kleinere Stücke ersetzen. Bricht mehr vom Zahn ab, sind vielleicht Kronen oder Veneers (dünne Verblendschalen aus Keramik oder Kunststoff) sinnvoll. Bei tiefergehenden Frakturen kann der Zahnerv verletzt sein. Dann sind besondere Behandlungen erforderlich.



Wurzelfraktur: Zahnwurzel ist betroffen

Brüche in der Zahnwurzel sind erst im Röntgenbild sichtbar. Daher möglichst am selben Tag einen Zahnarzt aufsuchen, auch wenn im Mund keine Verletzung zu sehen ist. Häufig schützt der Zahnarzt den Zahn mit einer Schiene für ein paar Wochen. Manchmal kann eine Wurzelkanalbehandlung notwendig sein. Verläuft der Bruch längs durch Zahn und Wurzel, ist der Zahnerhalt leider ausgeschlossen.



2 Fragen

an Prof. Dr. Andreas Filippi, Fachzahnarzt für
Oralchirurgie Universitäres Zentrum für Zahnmedizin
Basel UZB, Schweiz

// Wie können sich sportlich Aktive vor Zahnverletzungen schützen?

Die Gefahr von Zahnverletzungen wird in Vereinen, Familien, Schulen und unter Sportlern oft unterschätzt. Besonders unfallträchtig sind Stock- und Kontaktsportarten. Ein Zahnschutz beugt Verletzungen und deren Folgen zuverlässig vor. Am besten wirkt professionell hergestellter Zahnschutz, den Zahnarzt und Zahntechniker speziell für Sportler und deren Sportart anfertigen. Die Zahl der Verletzungen sinkt damit erheblich. Zahnschutz von der Stange schützt deutlich schlechter, hält nicht so gut und wird dann auch nicht getragen.

// Kann ein ausgeschlagener Zahn wieder eingepflanzt werden?

Bei einem ausgeschlagenen Zahn ist es wichtig, dass die empfindlichen Zellen der Zahnwurzelhaut überleben. Wird er innerhalb weniger Minuten in eine Zahnrettungsbox gelegt und umgehend ein Zahnarzt aufgesucht, bestehen gute Aussichten, dass er nach dem Wiedereinpflanzen erfolgreich einheilt. Kann der Zahn dauerhaft erhalten bleiben, erspart dies dem Verletzten nicht nur Schmerzen und Aufwand, sondern auch die Kosten meist lebenslänglicher Folgebehandlungen.

Zahnrettungsboxen gibt es in Apotheken zum Preis von etwa 15 bis 20 Euro. Sie sind bei Zimmertemperatur drei Jahre lang haltbar. Sie sollten in Einrichtungen wie Schulen oder Sportvereinen aber auch in Familien mit Kindern vorhanden sein.

Ist keine Rettungsbox vorhanden, kann fettarme, kalte H-Milch oder Frischhaltefolie den Zelltod in der Wurzelhaut des Zahnes für eine kurze Zeit verzögern.



Zahlen, Daten, Fakten

- + Rund 50 Prozent der Kinder und Jugendlichen erleiden bis zum 16. Lebensjahr einen Zahnunfall.
- + Jungen verunglücken häufiger als Mädchen.
- + Meist werden die oberen mittleren Schneidezähne bei einem Zahnunfall verletzt.
- + Mehr als die Hälfte aller Verletzungen betreffen das Milchzahngebiss.
- + Zwei Drittel der Unfälle passieren zu Hause, auf dem Spielplatz oder beim Sport.
- + Volkswirtschaftliche Folgekosten in Mitteleuropa: etwa 5 Mio. Euro pro Jahr pro Million Einwohner.
- + Nach Verlust eines Frontzahnes in jungen Jahren entstehen individuelle, lebenslange Folgekosten.

Film zum Thema



// Top ausgestattet: Mit dem Sportzahnschutz

Zuverlässig schützt individuell hergestellter Zahnschutz aus dem zahntechnischen Labor: Die Verletzungsrate im Sport sinkt damit deutlich. Im Vergleich zum Schutz „von der Stange“ sitzt die Schiene optimal und ist angenehm zu tragen. Zudem garantiert sie eine speziell auf die Sportart abgestimmte Dämpfung.



Zahnschutz vom Zahntechniker

Der Zahnarzt nimmt einen Abdruck vom Gebiss. Mithilfe des hergestellten Modells fertigt der Zahntechniker den Zahnschutz an. Dazu verwendet er Kunststoffplatten, die geschmacksneutral sind und keine Stoffe in die Mundhöhle abgeben. Um die Schiene zu dämpfen, kombiniert er verschiedene Platten miteinander. In den meisten Fällen trägt der Sportler den Zahnschutz im Oberkiefer. Auf Wunsch fertigt der Zahntechniker die Schiene auch ein- oder mehrfarbig an, z.B. in den Vereinsfarben. Sogar Abbildungen oder Aufschriften kann er einarbeiten. So wird aus einer medizinischen Vorsichtsmaßnahme ein cooles Sportgerät. Das steigert die Akzeptanz bei Kindern und Jugendlichen. Die Kosten für den Zahnschutz betragen zwischen 120 und 180 Euro.

Schiene regelmäßig reinigen

Unmittelbar nach dem Tragen den Zahnschutz unter fließendem Wasser abspülen und mit einer Zahnbürste reinigen. Dann den Schutz trocknen lassen und in einer speziellen Box aufbewahren.

Bei allen Fragen zum Thema Mundgesundheit hilft Ihnen Ihr Zahnarzt weiter!

// Impressum

proDente informiert über gesunde und schöne Zähne. Die Inhalte werden von Fachleuten wissenschaftlich geprüft.

proDente bietet Broschüren an und postet online. Fotos und Filme ergänzen die Informationen.

Zahnärzte, Zahntechniker, Hersteller und Handel engagieren sich seit 1998 in der Initiative proDente e.V.

Initiative proDente e.V.

Aachener Straße 1053 – 1055
50858 Köln

Bestell-Telefon 01805/552255
Telefax 0221/170997-42
info@prodente.de

Bild Titelseite: © Hager & Werken/miradent

Besuchen und folgen Sie uns:

www.prodente.de | www.zahnbande.de

