

## Unsichtbare Spange, sichtbarer Erfolg

Schiefe Zähne können die Ästhetik eines Gesichts stören, die Zahnpflege erschweren und das Risiko für Karies sowie Parodontitis erhöhen. Doch für die Korrektur von Zahnfehlstellungen ist es nie zu spät.

Bei Kindern ist es heute selbstverständlich, dass ein Zahnarzt, eine Zahnärztin regelmässig das Gebiss kontrolliert und allfällige Fehlstellungen mit Spangen behoben werden. Bei manchen Erwachsenen wurde diese kieferorthopädische Behandlung im Kindesalter jedoch versäumt, die neue Zahnstellung nach Behandlungsabschluss nicht genügend lang festgehalten oder aber eine Fehlstellung ergibt sich erst im Laufe der Jahre. Denn das Gebiss wird ständig bewegt und belastet, einzelne Zähne verschieben sich auch noch im Erwachsenenalter, kippen oder drehen sich. Häufig lachen Menschen mit schiefen Zähnen weniger, weil sie sich ihrer Zähne schämen; sprechen vielleicht undeutlich, um den Mund nicht so weit aufmachen zu müssen, oder haben ein geringes Selbstvertrauen.

Zahnfehlstellungen stören die Ästhetik und erschweren die Zahnpflege.

Die teilweise unschöne Optik ist bei Zahnfehlstellungen nur eines der Probleme. Stehen die Zähne verschachtelt, zu weit oder zu eng zueinander, wird die Zahnpflege erschwert, weil einige Stellen für Zahnbürsten und -seide nur schwer erreichbar sind. Dies steigert das Risiko für Zahnbeläge, Karies oder Zahnfleischentzündungen enorm. Durch die Fehlstellungen der Zähne und des Kiefers wird zudem das Kiefergelenk unregelmässig belastet; dies kann zu Kiefergelenksproblemen oder, durch eine einseitige Beanspruchung der Kaumuskulatur, zu Verspannungen im Kopf- und Nackenbereich führen. Zahnfehlstellungen sind entweder erblich bedingt oder werden mit der Zeit erworben. Häufig entstehen sie zum Beispiel durch Daumenlutschen, zu langem Gebrauch des «Nuggi», frühzeitigem Verlust der Milchzähne oder aufgrund einer Fehlfunktion der Zunge.

**Zahnspange** Es ist nie zu spät, Zahnfehlstellungen mit einer Spange zu korrigieren. Bei der traditionellen, festsitzenden Spange werden sogenannte Brackets (Plättchen) aus Metall, Kunststoff oder Keramik auf die Aussenseite der Zähne geklebt. Durch diese wird ein Draht gezogen, der unter Spannung die Zähne in die richtige Position rücken soll. Der Draht wird immer wieder nachgestellt, bis die gewünschte

Korrektur erreicht ist – die Zähne schmerzen danach während zwei, drei Tagen. Die Brackets können auch auf der Innenseite der Zähne angebracht werden. Die Spange ist so zwar nicht sichtbar, aber es kann zu Problemen mit der Aussprache kommen, da die Zunge an die Brackets stösst. Ob vorne oder hinten – die Brackets müssen penibel gereinigt werden, weil Essensreste leicht im Drahtgeflecht hängen bleiben.

**Drahtlos** Während das Spangetragen bei Jugendlichen mittlerweile fast «in» ist, haben viele Erwachsene Mühe, mit einem weithin sichtbaren Drahtgestell im Mund herumzulaufen. Sie wünschen sich eine «unsichtbare» Spange. Bereits seit einigen Jahren stehen ihnen Schienen, sogenannte Aligner, beispielsweise der marktführenden Firma Invisalign (Align Technology), zur Verfügung. Dabei handelt es sich um herausnehmbare, durchsichtige Kunststoffschienen, die über die Zähne geschoben werden (siehe Bild rechts). Optisch sind die Aligner fast nicht sichtbar, vor dem Essen, Trinken oder Zähneputzen werden sie herausgenommen. Einer der grössten Vorteile



Platzmangel und Tiefbiss: vorher und nachher



Engstand und Rotationen im Unterkiefer: vorher und nachher

## Antworten auf häufig gestellte Fragen

### Ist die Behandlung mit Invisalign-Zahnschienen schmerzhaft?

Bei den meisten Patienten treten jeweils nach der Umstellung auf eine neue Stufe ein paar Tage lang Zahnirritationen auf. Dies ist normal und ein Zeichen dafür, dass die Invisalign-Aligner ihren Dienst tun und die Zähne in die gewünschte Position verschieben.

### Leidet die Aussprache, wenn ich Aligner trage?

Wie alle kieferorthopädischen Behandlungen können die Aligner die Aussprache etwas beeinträchtigen, und an den ersten ein oder zwei Tagen kann ein leichtes Lispeln auftreten. Sobald sich aber die Zunge an die Aligner im Mund gewöhnt hat, sollten das Lispeln oder sonstige kleinere Sprachfehler wieder verschwinden.

von Invisalign ist der vollständige Verzicht auf Metalldrähte und -brackets, unter denen sich Speisereste ansammeln können. Auch Zahnbürsten und Zahnseide können wie gewohnt benutzt werden, sodass eine gute Mundhygiene gewährleistet werden kann. Die Invisalign-Methode eignet sich zur Korrektur von Zahnfehlstellungen in jedem Alter.

**Individueller Behandlungsplan** Wie bei der Anpassung von herkömmlichen Zahnspangen sind auch bei Invisalign Abdrücke und Röntgenaufnahmen des Kiefers nötig. Mittels Computerverfahren erstellt ein Zahnarzt, eine Zahnärztin anschliessend eine 3D-Ansicht des Gebisses und einen virtuellen Behandlungsplan: Dieser zeigt die Abfolge von Bewegungen, welche die Zähne während der Behandlung durchführen, sowie das Endergebnis. Die geplante Behandlung wird in einzelne Phasen von je zwei Wochen unterteilt, für jede dieser Phasen werden neue Aligner hergestellt. Die Zahnschienen müssen täglich mindestens 22 Stunden getragen werden. Das konsequente Tragen der Aligner ist von entscheidender Bedeutung für den Erfolg. Die Behandlungsdauer richtet sich nach dem Umfang der Zahnkorrektur und liegt zwischen vier Monaten und zweieinhalb Jahren. Die Zahnärztin, der Zahnarzt kontrolliert alle vier bis sechs Wochen die Bewegung der Zähne, führt wenn nötig kleine Behandlungen durch (kleine Schliffkorrekturen, Anpassung der Aligner usw.) und gibt die nächsten Aligner ab. Nach Abschluss der Behandlung empfiehlt es sich, einen sogenannten Retainer einzusetzen, damit die Zähne in der neuen Position gehalten werden.

### Essen und trinken ist ohne Einschränkung möglich?

Normalerweise ja. Im Gegensatz zu herkömmlichen kieferorthopädischen Massnahmen können Sie alles essen oder trinken, was Sie gerne möchten, da Sie die Aligner beim Essen herausnehmen. Ausser kaltem Wasser sollten Sie aber nichts trinken, wenn Sie die Aligner tragen. Sie verhindern so Kariesbildung und die Entstehung von Flecken. Heisse Flüssigkeiten könnten die Aligner verformen.

### Was kostet Invisalign?

Das hängt ab von der Behandlungsdauer und von der Art der Zahnfehlstellung, aber die Kosten bewegen sich durchschnittlich etwa 20 Prozent unter den Kosten für eine herkömmliche Zahnspange. Wer über eine Zahnzusatzversicherung verfügt, der erhält einen Teil der Kosten von der Krankenkasse zurückerstattet.

## Zahnarztpraxis Altstadt Burgdorf

In der Zahnarztpraxis von Dres. med. dent. Teresa und Lukas Krapf-Dobr werden Patientinnen und Patienten von einem professionellen Team betreut, bestehend aus vier Zahnärzten, drei Dentalassistentinnen und zwei Dentalassistentinnen in Ausbildung. Neben der klassischen Grundversorgung deckt das Behandlungsangebot auch sämtliche Bereiche der modernen ästhetischen Zahnmedizin ab. Die volldigitalisierte Praxis wird mit ihren diversen Hightech-Geräten den Anforderungen der modernen Zahnmedizin gerecht. So wird in der Praxis ein digitales 3D-Röntgengerät zur Erweiterung der Darstellungsmöglichkeiten und zur Verminderung der Strahlenbelastung genutzt. Insbesondere kann mit dessen Hilfe ästhetischer Zahnersatz mit Implantaten präzise geplant werden. Das vielfältige Behandlungsspektrum, welches unter anderem auch Kinderzahnmedizin, Zahnfleischbehandlungen, rekonstruktive abnehmbare und festsitzende Zahnmedizin, Bleaching oder Lasertherapie umfasst, wird abgerundet mit Invisalign, den nahezu unsichtbaren Schienen zur Korrektur von Zahnstellungen.



### Die Autoren

Teresa und Lukas Krapf-Dobr  
Dres. med. dent.  
Inhaber Zahnarztpraxis Altstadt Burgdorf  
Mitglieder Schweizerische Zahnärztesgesellschaft (SSO)

### Praxis:

Kirchbühl 5, 3400 Burgdorf  
Tel. 034 422 12 30  
team@altstadtpraxis.ch

Website  
Zahnarztpraxis  
Altstadt Burgdorf  
ansetzen

