

## Kleben statt Krone, Video statt Abdruck

Beim Stuttgarter Zahnärztetag ging es um Verbesserungen in der Praxis

VON ANDREA WELLER

Beim Stuttgarter Zahnärztetag, der am Wochenende in der Stuttgarter Liederhalle stattgefunden hat, geht es um aktuelle Themen aus der Zahnarztpraxis. In diesem Jahr stand die Frage im Zentrum, ob und in welcher Weise häufige Behandlungsmaßnahmen wie Füllungen, Wurzel- oder Zahnfleischbehandlungen angenehmer und schonender für die Patienten umgesetzt werden können.

Einige Beispiele: Häufig muss gar keine Krone mehr hergestellt werden. Moderne, am Zahn klebende Füllungsmaterialien sind eine bereits jetzt praktikable Alternative. Um Zahnersatz herzustellen, ist bald kein herkömmlicher Abdruck mehr notwendig – eine Videokamera zeichnet die Gegebenheiten im Mund des Patienten auf, aus den Daten errechnet der Computer ein dreidimensionales Bild.

Und auch wem die Therapie einer Parodontitis (Entzündung des Zahnhalteapparates) in schlechter Erinnerung ist, weil der Zahnarzt vielleicht bei einer Behandlung vor zehn Jahren viel Zahnfleisch aufschneiden musste, um den bakteriellen Belag zu entfernen, braucht sich nicht mehr zu fürchten: „Die Instrumente sind viel feiner geworden, man kann die betroffenen Stellen besser erreichen, es muss nur noch in den seltensten Fällen geschnitten werden“, so Professor Einwag.

Der Patient wird zunehmend Gemeinschaftspraxen vorfinden. Das ist aus fachlichen Gründen sinnvoll, so Professor Dr. Johannes Einwag, Fortbildungsreferent der baden-württembergischen Zahnärzte, „es wird nicht mehr so sein, dass ein einzelner Zahnarzt alles bieten kann.“ Bereits jetzt handle es sich bei 30 bis 35 Prozent der Neugründungen mindestens um Doppelpraxen. Und: Der Zahnärzterberuf ist zunehmend weiblich dominiert.

## Grill-Tipps für Asthmatiker

Asthmatikern drohen Hustenanfälle und Atemnot, wenn beim Grillen zu viel Rauch entsteht. „Besonders viel Rauch entwickelt sich beim Grillen mit einem Holzkohlegrill, da Fett oder Flüssigkeit aus dem Grillgut direkt in die Glut tropfen kann“, so der Vorsitzende der Deutschen Lungenstiftung, Harald Morr. „Die Rauchschwaden reizen die Atemwege und veranlassen die überempfindlichen Bronchien von Asthmatikern, sich krampfartig zusammenzuziehen. Dies kann Husten und Luftnot verursachen.“ Eine raucharme Alternative seien Elektro- oder Gasgrillgeräte, bei denen herabtropfender Fleischsaft in einer mit Wasser gefüllten Schale aufgefangen wird. (apn)

## Webseiten werben für Essstörungen

Hunderte Online-Seiten werben im Internet für Essstörungen. Dort finden Interessierte Tipps, wie sie schnell möglichst viel abnehmen, wie sie eine Magersucht vor der Familie verbergen oder wie man am besten nach dem Essen erbricht. Anorexie oder Magersucht betrifft ein Prozent der jungen Frauen, Bulimie kommt etwa doppelt so häufig vor. Erstmals haben US-Mediziner nun 180 Internet-Adressen unter die Lupe genommen, die Magersucht oder Bulimie befürworten. „Viele Seiten enthalten gefährliche Ideen und verstörendes Material, die dazu motivieren sollen, essgestörtes Verhalten beizubehalten“, so Dina Borzekowski von der Johns Hopkins University in Baltimore. (apn)

## Kinder vor Sonne mit UV-Kleidung schützen

Sonnenschutzcreme ist nicht alles – auch mit der richtigen Kleidung können Eltern ihre Kinder vor der Sonne schützen. Wie gut Textilien UV-Strahlung abhalten, hänge aber vom Material, der Webdichte und den Farben ab, so die Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen: Je enger die Fäden und je kräftiger die Farben, desto weniger Strahlen gelangen an die Haut. Daher eignen sich für Kinder keine leichten, transparenten Gewebe aus Baumwolle oder Viskose. Effektiver seien Polyester und Polyester-Mischstoffe. Der „Lichtschutzfaktor für Textilien“ sei mit dem Lichtschutzfaktor (LSF) von Sonnenschutzmitteln vergleichbar, erklären die Verbraucherschützer. (dpa/tmn)

## Medizin im TV

### Gesundheit!

Nathalie, Tochter des Ex-Medienmanagers Jürgen Todenhöfer, erkrankte mit 19 an multipler Sklerose. Der Film begleitet ihren Kampf gegen das Nervenleiden. **Dienstag, 29. Juni, BR, 19 Uhr**

# Weg mit Falten, Flecken und Fett

Makellos in den Sommer – Immer mehr Menschen wenden sich der Beauty-Medizin zu und lassen ihren Körper verschönern

Der Start in den Sommer ist reichlich kühl und nass ausgefallen – die Menschen sehnen sich nach Wärme. Doch in luftiger Kleidung lassen sich kleine Mängel an Haut oder Figur schlecht verbergen. Hier können Dermatologen helfen – das hat allerdings seinen Preis.

VON PETER-MICHAEL PETSCH

Unsere Haut ist wie ein Maßband, sie ist uns quasi auf den Leib geschneidert und passt sich jeder Gelegenheit an. Doch wie bei einem Anzug sieht man auch bei der menschlichen Schutzhülle mit den Jahren kleine, für manche Menschen jedoch störende Veränderungen. Hier ein paar Härchen zu viel, dort einige Alters- und Sonnenflecken, Fettpölsterchen, Besenreiser und Falten. Diese Veränderungen sind natürliche Alterungserscheinungen und meist nicht gravierend. Doch immer mehr Menschen – sowohl Frauen als auch Männer – möchten mit Hilfe der modernen Medizin diesen Alterungsprozess aufhalten.

„Beauty-Medizin ist ein Wachstumsmarkt. Die Menschen wollen wieder so jung aussehen, wie sie sich fühlen – und dabei können Ärzte heute helfen“, sagt Dr. Ralf Merkert, Oberarzt an der Klinik für Dermatologie, Phlebologie und Ästhetische Chirurgie am Klinikum Stuttgart. Wichtig ist dem Experten jedoch, dass es sich auch bei Beauty-Medizin um Medizin handelt, weshalb derartige Eingriffe immer in die Hände eines Facharztes gehören.

### Störende Haare

Es ist heute möglich, störende Behaarung dauerhaft zu entfernen. Dafür sind meist mehrere Behandlungen in bestimmten Zeitabständen mit verschiedenen Lasertypen erforderlich. Denn mit einer einmaligen Anwendung gelingt es lediglich, gerade aktive Haarwurzeln dauerhaft zu schädigen.

Die dauerhafte Haarentfernung mit moderner Lasertechnik ist weitgehend schmerzarm, die Kühlung des Lasers reicht aus und schützt vor starken Hautreaktionen. Durch die Kombination verschiedener Lasertechniken können Experten sogar helle und weiße Haare entfernen. „Der lang gepulste ND:YAG-Laser in Kombination mit Multiplex-Technologie ist Stand der Technik bei dauerhafter Haarentfernung sowie beim Entfernen von Besenreisern und anderen Gefäßverengungen“, so Hautarzt Merkert.

Die Preise liegen zum Beispiel bei der Entfernung eines „Damenbarts“ bei etwa 70 Euro, je nach Typ sind fünf bis zehn Behandlungen notwendig. Nach der Behandlung gibt es eine leichte Rötung.

### Alters- und Sonnenflecken

Mit einem besonderen Pigmentlaser ist es möglich, hellbraune bis dunkelbraune Pigmentflecken narbenlos und meist schmerzarm zu entfernen. Der spezielle Pigmentlaser arbeitet mit dem Licht zweier Wellenlängen, das sowohl das hell- als auch das dunkelbraune Melaninpigment der Pigmentflecken oder Sommersprossen in der obersten Hautschicht trifft. Solche Flecken entstehen nicht nur als Alters- oder Sonnenlichtfolge, sondern können bereits bei jüngeren Menschen als Folge der Einnahme bestimm-



Immer mehr Frauen lassen sich eine Top-Bikinifigur etwas kosten

Foto: Fotolia

ter Medikamente (wie zum Beispiel Johanniskrautpräparaten), Hormonen (zum Beispiel die Pille), Entzündungen, Verletzungen und Narben oder als Folge von Verdünnungsbehandlungen auftreten. Bei den meisten dieser Ursachen kommt es erst dann zur Pigmentbildung, wenn Sonnenlicht dazukommt. Ein bis zwei Sitzungen reichen aus, um die Flecken zu entfernen. „Doch nur ein Facharzt kann mit speziellen

Untersuchungen einen gutartigen Pigmentfleck von einer bösartigen Hautveränderung unterscheiden“, mahnt Hautarzt Merkert. Hautkrebs und seine Vorstufen brauchen eine ganz andere ärztliche Therapie.

Die Preise für die Entfernung eines Flecks beginnen je nach Größe ab 30 Euro, es ist meist nur eine Sitzung notwendig. Nach der Behandlung entsteht eine Kruste, die sich nach ein bis zwei Wochen löst.

# Natürliche Geburt fürs Baby wichtig

Fast jedes dritte Kind in Deutschland kommt durch einen Kaiserschnitt zur Welt

VON WALTER WILLEMS

Früher nahmen Ärzte einen Kaiserschnitt nur im Notfall vor, um das Leben von Mutter oder Kind zu schützen. Heute scheint der Griff zum Skalpell zum Normalfall zu werden. In Deutschland kommt mittlerweile fast jedes dritte Kind per sogenannter Sectio zur Welt, Tendenz steigend.

Der Trend verwundert, denn die Operation birgt Risiken für Mutter und Kind. Nach dem Willen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) sollte die Rate der Kaiserschnitte bei maximal 15 Prozent liegen. Bei diesem Anteil der Geburten sei der Eingriff medizinisch erforderlich. Hierzulande wurde der Wert schon im Jahr 1991 überschritten und hat sich seitdem verdoppelt: Bundesweit erblickten 2008 über 30 Prozent der Kinder nach einem Bauchschnitt das Licht der Welt. „Früher musste viel passieren, ehe man einer Mutter einen Kaiserschnitt zumutete“, so der Gynäkologe Klaus Vetter vom Vivantes Klinikum Neukölln. „Inzwischen hat die Rate ein Niveau erreicht, das damals unvorstellbar war.“

Das liegt vor allem daran, dass Ärzte die einst riskanten Eingriffe heute recht schonend vornehmen können. Viele Frauen seien bei der Geburt des ersten Babys älter, wegen Übergewichts oder Diabetes der Mutter seien viele Neugeborene ungewöhnlich groß, der Anteil der Mehrlingsschwangerschaften nehme zu, so Vetter. So greifen viele Ärzte schon deshalb eher zum Skalpell, um sich damit gegen etwaige Schadensersatzklagen abzusichern.

Zudem verdienten Kliniken jahrelang daran weit besser als an einer natürlichen Geburt. Lukrativ waren vor allem primäre Kaiserschnitte, die im Gegensatz zur sekundären Schnittentbindung schon vor Einsetzen

der Wehen geplant sind. Wie attraktiv die Sectio für Krankenhäuser war, zeigt eine 2008 veröffentlichte Studie der Uniklinik Lübeck. Dort wurden die Spontangeburt durch primäre Kaiserschnitte subventioniert. Erst ab einer Sectio-Rate von 27 Prozent erzielte die Station ein betriebswirtschaftlich ausgeglichenes Ergebnis. Zwar werden primäre und sekundäre Kaiserschnitte seit Januar unterschiedlich berechnet. Aber noch immer sei ein geplanter Kaiserschnitt einträglicher als eine natürliche Geburt, sagt der Gynäkologe Heribert Kentenich von den DRK-Kliniken.

### „Der Kaiserschnitt birgt akute und langfristige Probleme“

Heribert Kentenich  
Gynäkologe an den DRK-Kliniken

Seit einigen Jahren nimmt jedoch die Kritik an den Eingriffen zu. „Der Kaiserschnitt birgt akute und langfristige Probleme“, betont Kentenich. So gehe der Bauchschnitt für die Mutter mit der Gefahr von Infektion oder Gefäßverschluss einher. Er schmälere die Aussicht auf weitere Kinder und steigere im Fall einer neuen Schwangerschaft das Risiko für Probleme deutlich.

Studien zeigen immer deutlicher, wie wichtig die natürliche Geburt für das Baby ist, etwa für die Lunge: Weil in dem engen Geburtskanal die Flüssigkeit aus den Atemwegen gepresst wird, passt sich das Organ schneller an die neuen Umstände an. Andere Untersuchungen deuten darauf hin, dass ein Kaiserschnitt Kinder später anfälliger macht für Asthma oder Diabetes.

Bei der Geburt beginnt außerdem die Besiedlung des Körpers mit harmlosen und

nützlichen Bakterien. Doch je nachdem, ob ein Kind durch Kaiserschnitt oder auf natürlichem Weg auf die Welt kommt, wachsen andere Arten von Bakterien. Das hat ein internationales Forscherteam jetzt durch DNA-Analysen genauer untersucht.

Dennach gelangen bei einer normalen Geburt hauptsächlich Milchsäurebakterien und andere Keime der mütterlichen Vagina auf Haut und Schleimhäute sowie in den Babydarm. Nach einem Kaiserschnitt überwiegen Staphylokokken und andere Hautbakterien. Wie sich das auf die Gesundheit des Kindes auswirkt, müssten weitere Studien klären, schreiben die Wissenschaftler im Fachjournal „Proceedings of the National Academy of Sciences (PNAS)“.

Angesichts dieser Erkenntnisse plädieren auch staatliche Stellen wie die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA) stärker für die Spontangeburt.

### Info

#### Kaiserschnitttraten

- Wie viele Kinder in Deutschland per Kaiserschnitt entbunden werden, ist regional unterschiedlich. So kamen 2008 in Sachsen knapp 22 Prozent der Kinder per Sectio zur Welt, im Saarland 37 Prozent. Damit herrschen in dem kleinen Bundesland fast schon italienische Verhältnisse.
- Europaweit war das Mittelmeerland im Jahr 2004 mit einem Sectio-Anteil von fast 38 Prozent Spitzenreiter. Dahinter folgten Portugal, Malta und Deutschland. In manchen Teilen Südamerikas liegt der Anteil sogar bei mehr als 40 Prozent. (apn)

### Störende Falten

Immer mehr Frauen, aber auch Männer wollen dem Alterungsprozess der Haut offensiv entgegenreten. Dazu gibt es neben dem klassischen Facelift das sogenannte Laserlifting. Hierbei wird auch ein neuartiger fraktionierter CO<sub>2</sub>-Laser (Mixto-Technologie) eingesetzt. Diese Technologie zeichnet sich durch eine extrem kurze Einwirkzeit des Laserstrahls (und damit weniger Nebenwirkungen) aus, die elastischen Fasern im Bindegewebe werden aktiviert – dies bedeutet weniger Falten.

Ein Klassiker in der Faltenbehandlung ist Botulinumtoxin-A, ein natürlich vorkommendes Bakteriengift, das seit mehr als 20 Jahren als Medikament in der Neurologie eingesetzt wird. Seine muskelentspannende Wirkung ermöglicht die Anwendung im ästhetisch-dermatologischen Bereich. Botulinum, wie es kurz genannt wird, eignet sich für die Faltenbehandlung im Gesichtsbereich. Durch die Hemmung bestimmter Gesichtsmuskeln im Stirnbereich lassen sich beispielsweise Zornesfalten glätten. Daneben gibt es die Möglichkeit, Falten mit Hyaluron-Präparaten zu unterspritzen und so Gesichtsfalten zu glätten.

Die Kosten liegen jeweils bei 300 Euro je Sitzung, die Wirkung hält rund sechs Monate an. Nach einer Botulinumbehandlung kann die Mimik eingeschränkt sein.

### Störende Fettpölsterchen

Hier empfiehlt der Fachmann natürlich zunächst regelmäßige sportliche Bewegung, so kann man selbst viel zur Verringerung von Fettpölsterchen beitragen. Doch gibt es Stellen am Körper, die trotz intensiver Anstrengung ihre Fetteinlagerung behalten. Bei solchen sogenannten Reiterhosen oder Hüftpölsterchen ist eine kleine Fettsaugung mittels Tumescenztechnik möglich. Hierbei wird vor dem Eingriff eine Spritze mit der Tumescenz-Flüssigkeit injiziert. Diese bewirkt, dass das Fett aufquillt und somit leichter abzusaugen ist. In dieser Flüssigkeit ist außerdem ein Mittel zur Lokalanästhesie enthalten, damit der Patient nichts spürt. „Dem Körper wird eine Vollnarkose erspart, und der Patient kann während der Behandlung aufstehen, damit auch Fettdepots, die im Liegen nicht sichtbar sind, entfernt werden können“, erklärt Ralf Merkert.

Insgesamt kann in einer ambulanten Sitzung ein Fettvolumen von bis zu vier Litern abgesaugt werden. Die Kosten beginnen ab 500 Euro, der Eingriff an der abgesaugten Stelle ist einmalig.

### Störender Achselschweiß

Ganz ähnlich wie beim Fettsaugen geht es auch mit der Verringerung des Achselschweißes. Die Schweißdrüsen in der Achsel liegen im Unterhautfettgewebe und können daher bei Patienten mit sehr starkem krankhaftem Schweißfluss (Hyperhidrose) ambulant abgesaugt werden. Die Preise für das Absaugen der Schweißdrüsen beginnen je nach Aufwand ab 1500 Euro, es ist nur ein Eingriff notwendig.

Auch mit Botulinum lässt sich der störende Schweißfluss unter den Achseln stoppen. Dies ist jedoch keine Dauerlösung wie das Absaugen und muss alle vier bis sechs Monate wiederholt werden. Für eine Behandlung muss man ab 500 Euro rechnen.

## Bewegung beugt Kopfschmerzen vor

Alkohol, Tabak und Kaffee fördern bei Jugendlichen die Beschwerden

Simple Verhaltensregeln können die Häufigkeit von Kopfschmerzen senken und eine Chronifizierung verhindern. Wie eine Studie der Universität München zeigt, fördern Alkohol und Tabakkonsum das Auftreten von Migräne und Spannungskopfschmerz. Auch Kaffee und Bewegungsmangel wirken sich negativ auf die Beschwerden aus. „Bei Kopfschmerzen ist das Risiko der Chronifizierung groß“, sagt der Münchner Epidemiologe Rüdiger von Kries. „Unsere Studie zeigt, dass vernünftige Verhaltensempfehlungen dazu beitragen könnten, die Kopfschmerzhäufigkeit zu reduzieren.“

Etwa 70 Prozent der Bevölkerung leiden unter derartigen chronischen oder wiederkehrenden Problemen – meist in Form von Spannungskopfschmerz oder Migräne. Die Forscher untersuchten 1260 Jugendliche im Alter von 14 bis 20 Jahren. Sie wurden zu Beschwerden, Lebensstil und Ernährung befragt. „Insgesamt gaben 83 Prozent der Gymnasiasten an, in den letzten sechs Monaten mindestens einmal Kopfschmerzen gehabt zu haben“, sagt Astrid Milde-Busch. „Dabei berichteten 49 Prozent über Spannungskopfschmerz, zehn Prozent über Migräne, 20 Prozent über beides.“

Jeder zweite Schüler trank mindestens einmal pro Woche Alkohol, gut ein Viertel der Teilnehmer rauchte, 57 Prozent tranken Kaffee. „Migräne trat deutlich häufiger auf, wenn die Jugendlichen viel Kaffee konsumierten und sich wenig bewegten“, sagt Milde-Busch. Auch Spannungskopfschmerzen in Kombination mit Migräne hingen mit einem hohen Kaffeekonsum und Bewegungsmangel zusammen. Auch ließ sich ein Zusammenhang mit hohem Alkohol- und Zigarettenkonsum beobachten. (apn)