

Schwerpunkte

- Hausbesuche
- Allgemeinmedizinische Diagnostik & Therapie
- Vorsorgeuntersuchung, Check Up
- Laboruntersuchung
- EKG
- Ultraschall der Bauchorgane und Schilddrüse
- Impfungen

Dr. med. Christiane Stöver
Innere & Allgemein Medizin - Marbella

Tel: 952 86 17 03 - Fax: 952 86 08 42
CLINICA CENTRO DE MARBELLA
C/ Hermanos Salom, 4 - Edif. Maria II, bajos
49601 Marbella (Málaga)
info@dr-stoever.com - www.dr-stoever.com

Clinica Médica Internacional SANDALF
Dr. Alf Neuhaus (Col. NR. 9.220)
Orthopäde, orthopädischer Chirurg

Arthrose / Arthritis · Gelenkprothesen · Hüftkappe · Hand- / Fußchirurgie
Digitales Röntgen · Knochendichtemessung · Ultraschalldiagnostik
Medizinische Gutachten · Unfälle / Brüche · Sportverletzungen
Ambulante Operationen · Rücken- / Nackenbeschwerden

Staatl. geprüft. Krankengymnasten · Osteopathie · Allgemeinmedizin
Urologie · Bauchchirurgie · Gynäkologie · Augenheilkunde
Benalmedana / Arroyo de la Miel · Tel. 952 57 77 66
50 m vom Bahnhof / Tivoli World Parkplatz
24 Stunden Notfalldienst · Tel. 856 313 203 · www.clinica-sandalf.com

Hals- Nasen- Ohrenärzte
von ADAC empfohlen

Centro Inter Médico
Dr. med. Joachim Uffenorde und Kollegen
San Pedro Alcántara/Marbella · Avda. Luis Braille 4

Telefon 952 799 816
Mobil 609 688 216

CLINICA GINECÓLOGICA DR. RAMIN PAKZAD
· Gynäkologie ·

Avda. Ramón y Cajal 7-4 - 29601 Marbella
Termine nach Vereinbarung: 952 815 710

Dr. N. Jack Hakman
ARZT FÜR INNERE UND ALLGEMEINMEDIZIN
SEIT 1984 · LUFTHANSAVERTRAGSARZT · ADAC EINGETRAGEN

Ultraschall · Belastungs-24 St. EKG · Echokardiografie · Labor · Allergietest
24 St. Blutdruckmessung · Lungenfunktionsprüfung · Farbdoppler
(Hirn- und Beinarterien) · Schlaflabor · Magen- und Darmspiegelungen

Termine nach Vereinbarung · C/Fuengirola · Edif. Butibamba 3 · 29649 La Cala de Mijas
Tel.: 952 493 035 · Fax 952 493 294 · e-mail: dr.hakman@web.de

Clínica Dr. Christoph Kuhn Picasso Hautarzt (Col. NR. 10037)
Deutscher Facharzt für Dermatologie und Venerologie
Allergologie und ambulante Operationen
Kosmetische und ästhetische Dermatologie

MARBELLA: Avd. Ramón Gómez de la Serna, 22, Edif. King Edward, Of. 505, Tel 952 86 39 79
FUENGIROLA: Clínica Physiospain, Avd. Ramón y Cajal 52, Edif. Sol1, Tel/Fax 952 47 65 04

ZAHNARZTPRAXIS CALAHONDA
C.C. Los Cipreses, 1.OG (Mijas-Costa)
TEL: 952 933 934

· Dr. med. dent. Rolf G. Kamberger, MOM, Col. Nr. 1564
Master of Oral Medicine in IMPLANTOLOGIE (Uni Münster)
Zahnarzt und Implantologe

· Dr. Henrik Solgaard Col. Nr. 1815
Zahnarzt und Fachzahnarzt für KIEFERORTHOPÄDIE

· Strahlenarmes, digitales Panorama-Röntgen, Tomografie
· Kronen und Brücken in Zirkonium, Power Bleaching

N-340, Ausfahrt bei McDonald (Calahonda)
Einkaufszentrum Los Cipreses
2. Gebäude nach Lidl, ausreichend Parkmöglichkeiten

AUS DER ZAHNARZTPRAXIS

Schöne weiße Zähne – wie geht das?

Wir wollen fast alle weiße Zähne haben – auch harmonisch in einer Reihe sollen sie stehen. Die Realität sieht aber oft anders aus. Wie kommen Sie dem Ziel – Zähne wie Perlen – nun näher?

Es kommt natürlich darauf an, woran es hapert. Im einfachsten Fall haben Sie auf Ihren Zähnen nur oberflächliche Auflagerungen zum Beispiel durch Tee oder Kaffee. Dann hilft Ihnen eine professionelle Zahnreinigung. Hierbei werden sowohl die bakteriellen Zahnbeläge als auch die Verfärbungen mit Handinstrumenten und einem Airflow-Gerät entfernt. Dieses Airflow-Gerät entfernt sanft mit einem Wasser-Salz-Gemisch die oberflächlichen dunklen Beläge. Die professionelle Zahnreinigung ist die Voraussetzung für alle weiteren Verbesserungen des Aussehens der Zähne.

BLEACHING
Sind die Zähne im Laufe der Zeit insgesamt dunkler und grauer geworden – übrigens ein völlig natürlicher Vorgang – hilft eine Zahnaufhellung, 'Bleaching' genannt. Die moderne Zahnmedizin stellt hierfür zahlreiche Methoden und Materialien zur Verfügung. Eine Möglichkeit ist das 'Home-Bleaching' zuhause mit Kunststoffschienen und einem Bleich-Gel. Das dauert dann aber 14 Nächte und hat noch einen weiteren Nachteil: In dieser Zeit darf man keine färbenden Lebensmittel zu sich nehmen und natürlich nicht rauchen.

Zahnarzt Christian Irrgang aus Nerja bevorzugt das sogenannte 'In-office-Bleaching'. Diese Zahnaufhellung wird direkt in der Praxis – in ein bis zwei Sitzungen und kontrolliert – durchgeführt. Er verwendet zur Verstärkung des Aufhellungseffektes einen Laser. Heutige Gele – 'Bleaching agents' – haben außer dem eigentlichen Bleichen weitere positive Wirkun-



gen: Damit die Zähne nicht sensibel werden, sind zusätzliche Wirkstoffe enthalten. Früher kamen vorübergehende Überempfindlichkeiten schon mal vor. Die 'Bleaching agents' sind zum Beispiel auf Laserlicht empfindlich. Dadurch kann die Zeit, die für das Aufhellen benötigt wird, drastisch verkürzt werden.

Manchmal ist auch nur ein einzelner Zahn dunkel verfärbt, oft nach einer Wurzelkanalbehandlung. Auch hier kann der Zahnarzt helfen – mittels 'internem Bleaching'. Eine aufhellende Einlage kommt in den Zahn, der dann wieder mit einer Füllung verschlossen wird. Das aufhellende Medikament bleibt für zwei Wochen im Zahn. Eventuell muss der Vorgang wiederholt werden. Am Ende ist der Zahn dann in der Regel wieder so hell wie die nicht verfärbten Nachbarzähne. Bei jeder Art von Bleaching werden nur die natürlichen Zähne aufgehellt, nicht aber Füllungen und Kronen. Diese müssen dann, falls nötig, angepasst werden.

ZAHNSTELLUNG UND FORM
Soll außer der Farbe auch die Zahnstellung und Form geändert werden, gibt es verschiedene Alternativen. Grundsätzlich kann auch bei Erwachsenen mit Kieferorthopädie der Zahnbogen harmonischer gestaltet werden. Es dauert nur relativ lang und der Zahnhalteapparat muss in gutem

Zustand sein, um spätere Schäden zu vermeiden.

Eine sehr gute Möglichkeit sind hauchdünne Keramikschalen, sogenannte 'Veneers', die untrennbar mit dem Zahn verklebt werden. Die Keramik ändert ihre Farbe auch über einen längeren Zeitraum nicht. Mit Veneers lassen sich auch größere Änderungen realisieren: Farbe, Zahnstellung und Zahnform können optimiert werden. Die Zähne müssen dafür nur geringfügig beschliffen werden. Eine typischer Fall sind unschöne Frontzähne. Viele Stars aus Film und Fernsehen mit perfekten weißen geraden Zähnen haben sich einer solchen Behandlung unterzogen, in Amerika ist das fast eine 'Pflichtübung'.

Bei stark verfärbten Zähnen oder sehr großen Veränderungen kommen Kronen zum Einsatz. Heute sind auch Kronen komplett metallfrei, da sie aus Vollkeramik sind. Früher kamen oft unschöne graue Metallränder zum Vorschein, wenn das Zahnfleisch zurückgeht. Das ist heute nicht mehr der Fall, weil die Kronen komplett zahnfarben sind.

Sie sehen also, schöne weiße Zähne sind heutzutage häufig 'gemacht' und nicht geerbt.

CLÍNICA DENTAL INNOVADENT
Zahnarzt Christian Irrgang
Plaza de la Ermita 9, Nerja
Tel: 952 52 40 03
Internet: www.innovadent.info

Dr. med. Petr Spurek | Ärztlicher Leiter | Termine nach telefonischer Vereinbarung

- Orthopädische Chirurgie und Traumatologie
- Fuß- und Sprunggelenkschirurgie
- Sportmedizin
- Schmerztherapie
- Einlagenversorgung nach Maß und Orthopädietechnik
- Physiotherapie und Rehabilitationszentrum
- QRS Magnetfeldtherapie
- Golf-Konzept

NEU: ab sofort auch Innere Medizin bei Dra. med. Nina Vasileva

Foot & Sports Clinic Marbella
Avda Ricardo Soriano 50 - Edif. Terra local 2 · 29600 Marbella
Tel.: 951 96 88 00 / Fax: 951 96 88 37 / info@fscmarbella.com
www.fscmarbella.com