

Zahnärztin MR Dr. med. Reinhild Maier

# Gesunde Zähne ein Leben lang



**Nie wieder Zahnschmerzen • Gebiss-Sanierung  
Regulierungen • Zahnhygiene • Ernährung**

**KNEIPP**

# Inhalt

<b>Vorwort</b> . . . . .	5	<b>Beim Zahnarzt</b> . . . . .	62
<b>Vom Wachstum der Zähne</b> . . . . .	6	Kinder beim Zahnarzt . . . . .	66
<b>Über den Bauplan des gesunden Zahnes</b> . . . . .	9	Röntgen, der Diagnosehelfer. . . . .	66
Das Milchgebiss. . . . .	9	<b>Die Mundhygiene beim Zahnarzt</b> . . . . .	69
Das bleibende Gebiss. . . . .	16	<b>Die Arbeit im Mund kann beginnen</b> . . . . .	73
Der Aufbau der Zähne. . . . .	17	<b>Zahnschmerzen</b> . . . . .	76
Der richtige Biss. . . . .	20	Schmerzmittel. . . . .	79
<b>Wie man Zähne und Mund selbst untersuchen kann</b> . . . . .	21	<b>Ein Zahn muss gezogen werden</b> . . . . .	85
<b>Wie man die Zähne selbst gesund erhalten kann</b> . . . . .	23	Komplikationen. . . . .	86
Die tägliche Pflege der Zähne zu Hause. . . . .	23	<b>Ein Zahn ist verletzt</b> . . . . .	89
Wie soll mein Kind die Zähne richtig putzen?. . . . .	31	<b>Krankheiten der Mundhöhle</b> . . . . .	91
Wie putzt man als Erwachsener die Zähne richtig?. . . . .	32	<b>Wenn Zähne »falsch« stehen</b> . . . . .	96
<b>Gesunde Kost - gesunde Zähne</b> . . . . .	36	<b>Die Wiederherstellung des Gebisses</b> . . . . .	100
Vitamin D für die Zähne. . . . .	36	Nichtzahnfarbene Plomben. . . . .	101
Kalzium für die Zähne. . . . .	38	Die Amalgamplombe. . . . .	101
Phosphor für die Zähne. . . . .	39	Wissenswertes über Quecksilber . . . . .	103
Fluor für die Zähne. . . . .	40	Das Goldinlay. . . . .	108
Vitamin C für das Zahnfleisch!. . . . .	43	Zahnfarbene Plomben. . . . .	109
<b>Warum werden Zähne krank?</b> . . . . .	46	Kronen. . . . .	112
<b>Karies</b> . . . . .	48	Was ist ein Stifzahn. . . . .	114
Kariessonderformen. . . . .	53	Die Wurzelbehandlung. . . . .	114
Vorbeugung der Karies. . . . .	55	Brücken. . . . .	118
<b>Die Zahnfleischartzündung</b> . . . . .	58	Die totale Prothese. . . . .	118
<b>Noch ein Feind in meinem Gebiss</b> . . . . .	60	Implantate. . . . .	123
		<b>Die Verschönerung der Zähne</b> . . . . .	127
		<b>Etwas über Preise</b> . . . . .	134
		<b>Kleines Zahnlexikon</b> . . . . .	141
		<b>Wichtige Adressen</b> . . . . .	144