

# „Hilfe, ich bin ein Notfall!“

**„Das Zahnweh, subjektiv genommen, ist ohne Zweifel unwillkommen.“ Schon Wilhelm Busch wusste, dass Zahnschmerzen grundsätzlich zum falschen Zeitpunkt auftreten: nachts, an Wochenenden oder Feiertagen. Unsere Tipps helfen in Notfallsituationen.**

**V**orweg können wir Ihnen versprechen: Eine zahnärztliche Notfallversorgung in Deutschland ist überall bedarfsgerecht gewährleistet. Wo immer Sie sich gerade befinden und wann immer sich ein Zahnproblem mit Schmerzen zeigt, Sie werden überall in

angemessener Zeit professionelle Hilfe erhalten. Dabei sind die Notfalldienste regional unterschiedlich organisiert – die jeweiligen Notfalldienstzeiten entnehmen Sie der örtlichen Presse oder dem Internet.

Für alle Notfallbehandlungen auch an Wochenenden und Feiertagen gilt: Gehen Sie frühzeitig zu den angegebenen Dienstzeiten in die Notfallpraxis. Warten Sie nicht, bis leichte Schmerzen nach dem Frühstück dann kurz vor Mitternacht unerträglich werden. Nehmen Sie mit der diensthabenden Praxis zunächst telefonisch Kontakt auf, schildern Sie Ihr Problem, und Sie werden effektive Hilfe bekommen.

Für den Fall, dass Ihre Notfallsituation mit defektem Zahnersatz zu tun hat, muss der Notfallzahnarzt häufig den Kontakt zu einem zahntechnischen Labor herstellen – das ist unter Umständen an Sonn- und Feiertagen nicht möglich. Handeln Sie auch im Notfall vorausschauend und planen Sie für den Besuch in der Notfallpraxis ausreichend Zeit ein. Nehmen Sie möglichst eine Begleitperson mit: Gegebenenfalls kann eine Betäubung Ihre Aufmerksamkeit im Straßenverkehr beeinträchtigen. Oder lassen Sie sich mit einem Taxi fahren.

**Den Notfallzahnarzt interessiert besonders:** Seit wann tut es weh? Wie lassen sich die Schmerzen beschreiben? Handelt es sich um einen Dauerschmerz oder lässt

er sich durch bestimmte Handlungen auslösen (Aufbiß/Berührung, Temperatur warm/kalt)? Wird dieser Zahn aktuell von Ihrem Hauszahnarzt behandelt? Gibt es allgemeine Gesundheitsrisiken bei Ihnen (zum Beispiel Unverträglichkeiten, Allergien)?

## *Vorbeugen ist besser als Schmerzen*

Durch regelmäßige Vorsorge-Besuche in der Praxis Ihres Vertrauens können Sie das Notfallrisiko erheblich verringern. Fragen Sie Ihren Zahnarzt, mit welcher Besuchsfrequenz (einmal, zweimal, viermal pro Jahr) in Ihrem Fall die beste Gesundheitsvorsorge besteht.

Schärfen Sie außerdem Ihr individuelles Zahngesundheitsbewusstsein: Kontrollieren Sie Ihre Zähne optisch im Vergrößerungsspiegel, spüren Sie Veränderungen mit der empfindlichen Zungenspitze auf. Wenn Sie Ungewohntes an Zähnen oder Zahnfleisch feststellen (spürbare Kanten an den Zähnen, Schwellungen, Verfärbungen oder Blutungen am Zahnfleisch): Suchen Sie umgehend Ihren Hauszahnarzt auf – *bevor* Schmerzen auftreten. Er ist immer der beste Ansprechpartner; Ihr Zahnarzt kennt Ihre Gebissituation, er hat frühere Behandlungen dokumentiert. Handeln Sie getreu dem Motto: Schmerzlose Kontrolle erspart schmerzvollen Notfall.

Noch ein Tipp zum Schluss: „Regelmäßige“ Vorsorge wird erst dadurch regelmäßig, dass der vereinbarte Zeitraum zwischen den Kontrollterminen tatsächlich eingehalten wird. Hier kann die Teilnahme an einem Recall-System hilfreich sein: In den verabredeten Frequenzen werden Sie von Ihrer Praxis zu einem Termin „eingeladen“ und haben so die Gewähr, immer auf dem Laufenden zu sein. Sprechen Sie Ihren Zahnarzt darauf an. Die Vorsorgeuntersuchung kostet Sie nichts (keine Praxis-Gebühr), nur ein paar Minuten im Jahr!

*Dr. Dirk Mittermeier*

