

Erst Zähne checken, dann Koffer packen

Sommer, Sonne, Strand und Meer: Die schönste Zeit des Jahres wollen wir alle unbeschwert genießen. Vor allem natürlich ohne Zahnschmerzen. Der Urlaubs-Check beim Zahnarzt beugt vor.

Egal, ob Sie im Urlaub wandern, radeln, baden oder einfach nur gemütlich am Pool liegen möchten – schmerzen plötzlich die Zähne, hört der Spaß schlagartig auf. Heftiges Zahnweh macht die ersehnte Erholung zunichte.

Das lässt sich vermeiden, wenn Sie rechtzeitig vorm Urlaub einen Besuch beim Zahnarzt einplanen. Und zwar so früh, dass eine eventuell nötige Behandlung noch vor der Reise abgeschlossen werden kann. Teilen Sie am besten Ihre Reisepläne schon bei der Terminvergabe mit.

Unbeschwert unterwegs

Beim Urlaubs-Check kann der Zahnarzt potenzielle Schmerzherde wie zum Beispiel Karies frühzeitig erkennen und gegebenenfalls behandeln. Besondere Aufmerksamkeit verlangen bestehende Zahnfüllungen. Liegen hier Defekte oder Lockerungen vor, muss die Füllung ersetzt werden. Dasselbe gilt für festsitzenden Zahnersatz wie Kronen oder Brücken. Falls Sie eine herausnehmbare Prothese tragen, sollten Sie den richtigen Sitz überprüfen lassen.

Zahnstein wird gründlich entfernt, um schmerzhaften Zahnfleischentzündungen vorzubeugen. Dabei ist allerdings zu beachten, dass gesetzliche Krankenkassen eine Zahnsteinentfernung nur einmal im Jahr bezahlen. Eine professionelle Zahnreinigung rundet den perfekten Urlaubs-Check ab.



Für den Notfall vorsorgen

Was aber tun, wenn trotz bester Vorsorge im Urlaub Zahnschmerzen auftreten? Bei leichten Schmerzen reicht es oft aus, als Notlösung ein rezeptfreies Schmerzmittel einzunehmen, um die Zeit bis zur Rückkehr zu überbrücken. Lassen Sie sich vor der Abreise von Ihrem Zahnarzt ein geeignetes Präparat für die Reiseapotheke empfehlen. Auch wenn die Beschwerden danach nicht mehr auftreten sollten: Gehen Sie zuhause unbedingt zum Zahnarzt, um die Ursache abzuklären!

Bricht unterwegs eine Füllung heraus oder ein Stück vom Zahn ab, kann die Behandlung meist warten – sofern keine Beschwerden auftreten. Andernfalls empfiehlt es sich, sofort einen Zahnarzt aufzusuchen. Das gilt auch, wenn sich eine Krone löst oder ein Zahnunfall passiert.

Wie finde ich im Urlaub einen Zahnarzt?

Pauschalurlauber fragen den Reiseveranstalter oder das Hotelpersonal vor Ort nach einer Zahnarztpraxis in der Nähe. Individualreisende können sich bei der Touristeninformation oder in einer Apotheke erkundigen. Wer im Ausland zum Zahnarzt muss, fragt am besten bereits bei der Terminvereinbarung nach den voraussichtlichen Kosten. Rechnung und Quittung sind bei Barzahlung ein Muss, im Idealfall auf Deutsch ausgestellt, auf jeden Fall auch in englischer Sprache. Die Krankenversicherungen erstatten die Kosten für eine Notfall-Zahnbehandlung im Ausland nicht immer automatisch. Der Umfang der Erstattung hängt unter anderem von der Art der Behandlung und dem Reiseland ab. Die Deutsche Verbindungsstelle Krankenversicherung Ausland (www.dvka.de) informiert über den Versicherungsschutz in verschiedenen Urlaubsländern.

► Sprachführer bei Zahnschmerzen

Ein wertvoller Helfer für unterwegs ist der Sprachführer der Initiative proDente. Das Faltblatt „Au Backe – Zahnschmerzen im Urlaub“ übersetzt in sieben Sprachen die wichtigsten Fragen und Begriffe rund um das Thema Zahnschmerzen und zahnmedizinische Behandlung. So können Menschen im Notfall wichtige Dinge auch dann ansprechen, wenn sie sich nur schwer mit dem behandelnden Zahnarzt verständigen können. Der Sprachführer kann im Internet unter www.prodente.de/broschueren/der-dentale-sprachfuehrer.html heruntergeladen werden.

MUNDGERUCH?



One Drop Only®

Zungenreiniger professional deluxe



- ✓ Der meistverkaufte Zungenreiniger Deutschlands!*
- ✓ beseitigt Zungenbelag gründlich
- ✓ verbessert das Geschmackempfinden
- ✓ reduziert Plaque bis zu einem Drittel



*Quelle: Markterhebung Nielsen KW 21/2017



www.OneDropOnly.de

Made in Germany