



# Der Gesundheits-Coach

In der Praxis von **P. Tomovic** hat der Erhalt der Zahn- und Mundgesundheit oberste Priorität. „Dabei spielt die Vorsorge eine zentrale Rolle“, erklärt der Zahnarzt und Zahntechniker, der ein ausgeklügeltes Prophylaxe-System entwickelt hat, das seinem kompromisslosen Anspruch an Qualität und Perfektion gerecht wird. Sein Ziel: „Dass jeder Patient zu hundert Prozent gesund und zufrieden ist und genau weiß, wie er diesen guten Stand dauerhaft beibehalten kann.“

Regelmäßig Zähneputzen, idealerweise zusätzlich Zahnseide benutzen und zweimal im Jahr zur professionellen Zahnreinigung – klingt nach einem runden Vorsorge-Konzept. Doch warum kommt es dann auch bei Menschen, die sich strikt daran halten, immer wieder zu Karies und Zahnfleischerkrankungen? „Offensichtlich wird was Falsches gepredigt und getan, sonst hätten wir dank Zähneputzen nie mehr Karies oder Zahnfleischartzündung! Entweder funktioniert eine Methode, oder es stimmt etwas nicht mit dem Wissen, den Werkzeugen oder der Anwendung. Mehr Möglichkeiten gibt es nicht“, sagt P. Tomovic. „Die meisten wissen gar nicht, dass sie bei der Mundhygiene Fehler machen und haben nie gelernt, wie es richtig geht.“ Während bei Kindern Karies überwiegend auf

den Kauflächen entstehe, bilde sich Karies bei Erwachsenen in den Zahnzwischenräumen und am Zahnfleischrand. „Denn diese werden beim herkömmlichen Putzen nur unzureichend, teilweise auch gar nicht, von Plaque und Bakterien befreit“, erklärt der Zahnarzt und betont: „Die Mehrheit reinigt beim Zähneputzen durchschnittlich nur 40 Prozent der Zahnflächen, die von Bakterien und Belag bedroht sind, also nicht mal die Hälfte.“

## Gewusst wo, gewusst wie

P. Tomovic präsentiert uns eine Zeichnung, die den Querschnitt der Backenzähne zeigt. Deutlich erkennbar: Die Zahnzwischenräume verlaufen nicht gleichmäßig, bilden Nischen, welche man mit den geraden Borsten der Zahnbürste oder sogar

mit der Zahnseide nicht erreichen kann, sondern nur mit der Interdentalbürste. „Für die Frontzähne etwa ist Zahnseide gut geeignet. Die Oberflächen und die Zahnfleischränder bekommt man mit einer guten Hand- oder Elektrozahnbürste und der richtigen Technik gut sauber. Moderne Mundduschen machen als Ergänzung für Zwischenräume und Ränder Sinn. Kurzum: Man muss wissen, welche Stellen man mit welchem Werkzeug am besten reinigen kann. Und natürlich wie.“ Zum Prophylaxe-Konzept der Praxis zählt deshalb nicht bloß eine intensive Beratung in Sachen Zahnputz-Werkzeuge – von der für den individuellen Mundhygiene-Stand geeigneten Zahncreme bis zu den Bürsten –, sondern auch praktische Übungen: „Wir bringen unseren Patienten bei, wie sie ihre

Zähne, Zahnzwischenräume und Zunge richtig reinigen, indem wir sie vor uns putzen lassen und mit ihnen dann üben, was sie ändern oder verbessern müssen.“

## „Basis einer perfekten Prophylaxe ist der informierte Patient.“

### Der Mundhygiene-Check

„Basis einer perfekten Prophylaxe ist der informierte Patient“, sagt P. Tomovic. „Generell habe ich in meiner Praxis bei jeglicher Beratung und Behandlung Fremdworte verbannt. Ich möchte Wissen vermitteln und Verständnis schaffen und nicht mit meiner Expertise prahlen. Was ich erkläre, muss auch ein siebenjähriges Kind verstehen. Aus diesem Grund arbeite ich zusätzlich mit Visualisierungen, um meine Erläuterungen greifbar zu machen.“ Und der Patient bleibt informiert: Bei den regelmäßigen Kontrollen – zweimal im Jahr – erfährt er seinen exakten Mundhygiene-Status anhand einer Kennzahl, die nach eingehender Untersuchung festgelegt wird. Der sogenannte Approximal-Plaque-Index (Approximalraum = Zahnzwischenraum), kurz API-Index, gibt Aufschluss darüber, ob Beläge in den Zahnzwischenräumen vorhanden sind. Er wird aus 100 Prozent errechnet, wobei null Prozent der Status ist, der angestrebt wird. Auch hier wird der Patient nicht mit komplizierten technischen Fakten und Zahlen überfordert: „Wir zeigen ihm auf dem Bildschirm eine Darstellung seiner Zähne. Anhand von Pluszeichen in den Bereichen, die von Plaque befallen sind, und Minuszeichen an den belagsfreien Stellen kann er sehen, wo er gründlicher putzen bzw. seine Technik verbessern muss.“ P. Tomovics Kollege Dr. Axel Raymond Spittler zeigt uns ein solches Schaubild und erklärt, dass er erst heute wieder eine Patientin hatte, die nach nur drei Terminen vom Status über 80 Prozent auf 0 Prozent gelangt ist. „Die meisten sind anfangs nah an der Hundertermarke angesiedelt, doch wir bekommen ausnahmslos jeden auf null. Das Sichtbarmachen der Putzleistung ist zum einen natürlich eine tolle Hilfestellung für die Optimierung der Mundhygiene, zum anderen ist es eine echte Motivation.“ P. Tomovic pflichtet Dr. Spittler bei: „Ich kann ja nur etwas ändern, wenn ich weiß,

wo ich stehe. Und ich bekomme natürlich zusätzlichen Antrieb, wenn ich sehen kann, was ich erreicht habe. Meine Patienten entwickeln allesamt den Ehrgeiz, besser abzuschneiden als bei der letzten Untersuchung. Das bestätigt mich in meiner Überzeugung, dass man mehr sein sollte als nur Experte: Ich bin für meine Patienten auch Coach und helfe ihnen, sich selbst zu helfen.“

### Die perfekte Zukunftsinvestition

„Wir bringen in Ordnung und erhalten“, fasst P. Tomovic zusammen und kommt nun zum Thema Professionelle Zahnreinigung. „Sie ist das Fundament einer perfekten Vorsorge.“ Und natürlich gibt es auch auf diesem Gebiet qualitative Unterschiede: In der Praxis im Westend wird ihr im Vergleich zum Standard überdurchschnittlich viel Zeit eingeräumt, denn auch hier kommt das Prinzip von P. Tomovic zum Tragen, den Patienten stets von jeder Maßnahme zu informieren. Das wissen übrigens auch zahlreiche Angstpatienten zu schätzen. „Ich tue nichts, was ich dem Patienten nicht vorher angekündigt habe. Ob es kalt wird, ob gesaugt wird, ob es gleich ein wenig drücken könnte – er wird nicht überrascht. Und mit Schmerzen muss keiner rechnen. Weder bei der Zahnreinigung noch bei einer Wurzelbehandlung.“ Er erklärt uns das Vorgehen: Zunächst wird bei einer eingehenden Untersuchung, der genaue Stand ermittelt und festgehalten. „Dabei ist es unerlässlich, vorher abzuklären, ob beispielsweise eine Karies, Zahnstein, eine Entzündung oder gar Blutungen vorliegen und wo sich Belag befindet.“ Damit die Professionelle Zahnreinigung auch den hohen Qualitätsstandards von Praxisinhaber P. Tomovic entspricht, werden regelmäßig Schulungen und Leistungskontrollen der Mitarbeiter



Unerlässlich für die Reinigung der Zahnzwischenräume im Backenzahnbereich: Interdentalbürsten

durchgeführt. Für letztere legt sich der Zahnarzt auch immer wieder selbst auf den Stuhl, um zu sichern, dass sein Prophylaxe-Team „es richtig macht. Gründlich, trotzdem schonend, aber nie schmerzhaft. Der Grat zwischen diesen drei Faktoren ist schmal, als man denken mag.“ Nach der gründlichen Entfernung vom Zahnstein mit dem Ultraschallgerät und der Entfernung von Rest-Belägen mit Handinstrumenten werden die Zahnzwischenräume mit einer Salz-Pulver-Lösung („Airflow“) gereinigt. Anschließend werden die Zähne poliert. „Das ist wichtig, damit neue Plaque nicht so leicht haften bleiben kann.“ Zum Schluss werden die Zähne fluoridiert. Dies härtet den Schmelz und macht die Zähne stärker gegen Karies. „Vor allem die Kombination von ‚Airflow‘, Politur und Fluoridierung kann oberflächliche, also beginnende Karies, rückgängig machen. Das ist sozusagen die günstigste Form der Reparatur. Ich empfehle meinen Patienten, ihre Zähne einmal die Woche mit Fluoridierungs-Gel zu behandeln“, erklärt P. Tomovic und resümiert: „Zu Zeiten meines Studiums hieß es von Seiten der Stiftung Warentest: ‚Jede Mark, die in Prophylaxe investiert wird, spart fünf Mark beim Zahnersatz.‘ Wahre Worte. Wenn meine Patienten realisieren, dass sie ihre Zukunft selbst in der Hand haben, dann habe ich als Zahnarzt alles richtig gemacht.“ nr ■

[www.zahnarzt-tomovic.de](http://www.zahnarzt-tomovic.de)



Das perfekte Werkzeug für die optimale Mundhygiene

