6. Juli 2016



**Heute ist internationaler TAG DES KUSSES**

Am 6. Juli küsst man sich!

Er gilt in vielen Kulturen als Ausdruck von Freundschaft, Liebe, Zuneigung oder Ehrerbietung: der Kuss. Heute dauert ein durchschnittlicher Kuss übrigens doppelt so lange wie vor 20 Jahren. Damals küssten sich Menschen nur knappe sechs Sekunden lang. Je nach Kuss-Intensität beansprucht man zwischen 29 und 38 Gesichtsmuskeln und verbrennt pro drei Minuten Küssen ca. 12 Kalorien. Wissenschaftler fanden heraus, dass Küssen schön, gesund und glücklich macht: die Durchblutung wird gefördert und der Adrenalinspiegel steigt. Da beim Küssen Bakterien übertragen werden, produziert der Körper mehr Abwehrkräfte, was das Immunsystem stärkt. Durch die erhöhte Durchblutung und die Ausschüttung von Endorphinen wird der Teint rosig und straff, die Augen leuchten und es werden Glücksgefühle freigesetzt. Also alles gute Gründe für die wortlosen intensiven Lippenbekenntnisse.

**Kussmund mit strahlendem Lächeln und schönen Zähnen**

**Auffallend schöne, gerade und helle Zähne sind die Visitenkarte erfolgreicher Menschen, weil sie ein besseres Selbstwertgefühl und damit auch mehr Selbstbewusstsein geben – und das wirkt sich in vielen Lebensbereichen positiv aus. Auch bei Küssen. Heute bietet die ästhetische Zahnheilkunde ebenso effektive wie schonende Behandlungsmöglichkeiten, die Zahnoptik individuell zu perfektionieren. Das ist soweit nicht neu. Aber immer mehr Menschen legen gleichzeitig auch Wert auf eine ganzheitlich ausgerichtete Zahnheilkunde und wünschen ein nachhaltiges Behandlungskonzept, das zu lebenslanger Zahngesundheit verhilft. Dass Zahnästhetik und der ganzheitliche Anspruch in der Zahnmedizin ideal zusammenpassen, beweist Zahnarzt Marten Jan Lindeman (Zeven) mit seinem innovativen Praxiskonzept: Schöne UND lebenslang gesunde Zähne sind sein Ziel.**

Dafür setzt sich Zahnarzt Lindeman, der einen Mastertitel in Ästhetisch-rekonstruktiver Zahnheilkunde hat, nicht nur im Bereich der Zahnmedizin ein. Im Rahmen seiner ganzheitlichen Behandlungsphilosophie ist es ihm wichtig, möglichst alle Lebensstilfaktoren seiner Patienten mit in das Behandlungskonzept einzubeziehen. Dazu zählt auch die Ernährungsberatung oder die Rauchentwöhnung. Der Experte für ganzheitliche Zahnheilkunde hat den Anspruch, das Gebiss seiner Patienten wieder auf den gesunden Zahnstatus eines jungen Erwachsenen zu bringen und es möglichst ein Leben lang in diesem Zustand zu halten. Ob dafür eine Parodontitistherapie oder Wurzelbehandlung notwendig ist, ob die Zahnstellung durch kieferorthopädische Maßnahmen korrigiert werden muss oder Kiefergelenksprobleme mit einer Schienentherapie behoben werden sollten, ob Zahnimplantate wieder den Komfort vergangener Zeiten zurückbringen – wichtig ist das Endergebnis: Der gesunde Patient, der sich mit seinen Zähnen wohlfühlt und wieder strahlend lacht.

**Schick und schön**

Wer noch an Amalgamfüllungen und Goldkronen denkt, ist heute nicht mehr up to date: Längst haben sich neu entwickelte, moderne Werkstoffe in der Zahnästhetik etabliert und bewährt. Besonders Keramik erfüllt höchste ästhetische Ansprüche: Kronen oder Füllungen in Zahnfarbe sind in Konsistenz und Farbe praktisch nicht von natürlichen Zähnen zu unterscheiden. In der Zevener Praxis von M.J. Lindeman geht das sogar in nur einer Sitzung dank computergesteuertem CAD/CAM-Verfahren. Der Vorteil des Keramikwerkstoffs: Der Zahnersatz ist metallfrei und hält deutlich länger als Kunststoffmaterialen. Er sagt dazu: „Als ganzheitlich behandelnde Praxis achten wir besonders auf bioverträglichen Zahnersatz – also Dentalwerkstoffe, die den Körper nicht krank machen. Denn zum verantwortungsbewussten Umgang mit der Gesundheit von Patienten gehört für mich auch, mögliche Wechselwirkungen zwischen Zähnen und Organismus durch Zahnfüllungsmaterialien und anderen zahntechnischen Werkstoffen auszuschließen.“ Viele Patienten fragen nach einer Amalgamsanierung, weil sie Sorge haben, dass dieses quecksilberhaltige Füllungsmaterial Allergien fördert. „In solchen Fällen tauschen wir die Amalgamfüllungen gegen biokompatible Materialien aus,“ sagt Zahnarzt Lindeman.

**Die helle Freude**

Die Promis machen es vor: Wer gern deutlich hellere Zähne haben möchte, profitiert von schonend professionell durchgeführtem Bleaching. Es führt in vielen Fällen schon nach einer Sitzung zum gewünschten Ergebnis. Im Rahmen der gut einstündigen Behandlung zerfällt das Wasserstoffperoxid des Bleachinggels, und Sauerstoff dringt in den Zahnschmelz und das Zahndentin ein. Dabei werden verfärbende Substanzen aus den Zähnen herausgelöst. Das Bleachingergebnis hält länger an, wenn man regelmäßig zur professionellen Zahnreinigung (PZR) geht, um Beläge entfernen zu lassen. Neben dem Reinigungs- und Aufhellungseffekt ist die PZR aber vor allem zur Prophylaxe vor Karies und Zahnfleischerkrankungen wichtig. „PZR und ein modernes Biofilmmanagement sind zentrale Aspekte unseres ganzheitlichen Konzeptes,“ sagt Lindeman. „Denn Vorbeugen ist immer besser als heilen.“

**Schön gerade und gesünder**

Auch bei schiefen und verschachtelten Zähnen der Generation Vierzig Plus lässt sich noch was machen: Nahezu unsichtbare Zahnspangen und transparente herausnehmbare Zahnkorrekturschienen rücken auch im Erwachsenenalter den ein oder anderen Zahn gerade und sorgen für eine harmonische, gleichmäßige Zahnreihe. Abgesehen von der ästhetisch unschönen Optik gibt es auch medizinische Gründe, Zahnfehlstellungen zu Leibe zu rücken: Sie können zu Karies und Zahnfleischerkrankungen bis hin zum Zahnverlust führen, da die Reinigung schwieriger ist und sich Beläge schlechter entfernen lassen. Außerdem kann ein falscher Biss die unnormale Abnutzung der Zahnoberfläche zur Folge haben oder Kiefergelenksprobleme verursachen, die wiederum zu Kopfschmerzen oder Muskelverspannungen führen können. Im übrigen kann eine durch Zahnfehlstellungen gestörte Kaufunktion die Verdauung stören. Aus ganzheitlicher Perspektive spricht also alles für das Geraderichten schiefer Zähne.

Aber manchmal sind auch hauchdünne, lichtdurchlässige Verblendschalen (Veneers) aus Keramik die Lösung, um wieder ein strahlendes Lächeln ins Gesicht zu zaubern. Insbesondere bei verfärbten oder verkürzten, abgenutzten Frontzähnen geben Veneers wieder eine sehr ästhetische Ausstrahlung.

**Leidenschaft für Gesundheit und Ästhetik**

Wer gesund ist, strahlt das auch von innen aus. Und umgekehrt tragen schöne und gesunde Zähne zu einem positiven Selbstbewusstsein bei. So bedingen sich Ästhetik und Gesundheit gegenseitig. Zahnarzt Marten J. Lindeman vereint beides in seinem Praxiskonzept: mit seiner Begeisterung für ästhetisch-rekonstruktive Zahnheilkunde und seiner Leidenschaft für die ganzheitliche Zahnmedizin bringt er Gesundheit und Schönheit in Einklang. Damit trifft er genau den Nerv vieler Menschen, denen Zahnästhetik und -gesundheit gleichermaßen am Herzen liegen.

**Pressekontakt**:

Zahnarztpraxis Marten Jan Lindeman, Im neuen Kampe 31, 27404 Zeven

Tel.: 04281 4743

Fax: 04281 6314

Mail: info@praxislindeman.de

Schwerpunkte: Ästhetische Zahnheilkunde, Implantologie, Oralchirurgie, ganzheitliche Zahnheilkunde.

Moderne zahnmedizinische Technik: Laser, digitales Röntgen (DVT), computernavigierte Implantologie, computergestützte Verfahren zur Herstellung von metallfreiem Zahnersatz (CAD/CAM-Technik Cerec).

Die Praxis wurde 1994 gegründet. Drei Zahnärzte, 12 Mitarbeiterinnen.

Vita von Marten Jan Lindeman: <http://www.praxislindeman.de/zahnaerzte.html>

Web: www.praxislindeman.de

Praxisfilm: <https://vimeo.com/164707717>

Pressefotos: <http://www.praxislindeman.de/galerie.html> (höhere Bildauflösung auf Anfrage)

Mitgliedschaften:

* The Leading Dentists of the World
* Deutsche Gesellschaft für Ästhetische Zahnheilkunde e. V.
* Bundesverband der implantologisch tätigen Zahnärzte in Europa e. V.
* Deutsche Gesellschaft für Zahnärztliche Implantologie e. V
* Deutsche Gesellschaft für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde e. V.
* Deutsche Gesellschaft für Parodontologie e. V.
* Deutsche Gesellschaft für Laserzahnheilkunde e. V.
* Deutsche Gesellschaft für computergestützte Zahnheilkunde e. V.
* American Dental Association
* World Dental Federation
* Zahnärztekammer Niedersachsen