

Rücken-
schmerzen?

www.ohne-rueckenschmerzen.com
Für eine schnelle
Erholung bei
Nervenschäden
an der
Wirbelsäule

Ischias

Hüftschmerzen-vorfall

Knie- und
SchulderschmerzenHals- und
Schulderschmerzen

Nackenschmerzen

Armschmerzen

Schulderschmerzen

Hüftschmerzen

Wissenschaftlich bewiesen*:

Intensität der Schmerzen
allgemeinen Gesundheitszustand
Lebensqualität
Einnahme von Schmerzmitteln
ist in Apotheken erhältlich.
PZN 4126962



Nahrungsmittel für
medizinische Zwecke.

Schmerzmittel für
medizinische Zwecke.
Genehmigung nach Bundesbescheid-OP Extracts nr. 2338/2-44-45

5 FRAGEN ZUR ZAHNPFLEGE



Bitte lächeln. Für ein strahlendes Lächeln mit gesunden, weißen Zähnen braucht es die richtige Pflege. Worauf zu achten ist, haben wir in fünf Fragen zusammengefasst. *Von Tamara Hörmann*

1 Die Wirkung und Anwendung von Zahnpasta sind den meisten von uns durchaus bekannt. Aber was sollte man sonst noch über Zahnpflege wissen? Weekend Magazin hat nachgefragt.



1 Wie schädlich ist Amalgam? „Ob Amalgam eine wesentliche gesundheitsschädigende Wirkung hat, ist nicht erwiesen“, erklärt Dr. Nadya Ali, Zahnärztin in Wien. „Deshalb soll es z. B. nicht bei Schwangeren verwendet werden. Bei

Vorhandensein anderer Metalle im Mund wird durch die elektrochemische Korrosion Quecksilber aus der Amalgamfüllung gelöst.“ In manchen Ländern ist Amalgam aus diesen Gründen in Zahnarztordinationen verboten. Alternativ empfiehlt Ali, die in einer amalgamfreien Ordination arbeitet, Inlays aus Gold oder Keramik: „Diese sind bei guter Pflege sehr lange haltbar.“

2 Muss die Zahnbürste aus Plastik sein? Obwohl vereinzelt nachhaltige Produkte auf den Markt kommen, scheint sich der Trend noch nicht ganz durchzusetzen. Wer statt dem Plastikstiel einen aus Bambus möchte, kann sich die Zahnbürste von Hydrophil um EUR 3,90 anschaffen. Von Naturborsten rät Ali aber ab: „Die Oberfläche

von Naturborsten ist rau, außerdem besitzen sie Hohlräume, die Nischen für Bakterien bilden. Am besten sind Kunststoffborsten, z. B. Curen-Borsten.

3 Wie wichtig ist Zahnseide? Zahnseide sollte jeden Abend vor dem Schlafengehen angewendet werden, rät die Expertin. „Sie reinigt die Bereiche zwischen den Zähnen und Kontaktpunkte, die mit anderen Putzutensilien nicht



MODEL FOTO: COLOPROK.DE

