

## Endlich schöne, gerade Zähne: Moderne Zahnspangen im Überblick

- Brackets, Invisalign – was hilft wirklich?
- Die einzelnen Spangen im Check



mehr zur Story

### • Korrekte und ideale Zahnpflege

Tipps für den Schutz gegen Karies & Co.

### Die modernen Spangen garantieren Zähne in Reih und Glied in jedem Alter. Aber welche ist die beste?

Sie gelten als Ausdruck von Gesundheit, Kraft und einem gewissen

sozialen Status: schöne, gerade Zähne. Dagegen steht, dass die Natur die wenigsten Menschen mit einem perfekten Gebiss ausgestattet hat. Gut, dass die Zahnmedizin in den letzten Jahren auf diesem Gebiet rasante Fortschritte gemacht hat.

Vor allem die Kieferorthopädie kann sich einen Orden umhängen: Schiefe und krumme Zähne kann man heute in jedem Alter in Reih und Glied stellen. Und das teils mit Zahnspangen, die man kaum mehr spürt und die kein Mensch mehr sieht.

Wir sprachen mit Dr. Maija Eltz, Fachärztin für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde, über die unsichtbaren Invisalign-Schienen und die „guten, alten“, aber inzwischen auch schon wieder sehr neuen Brackets. Die Spezialistin klärt auf, wer seine Front wie am besten auf Perlenreihe bringt.

### Ein Aushängeschild.

Schöne Zähne sind, wie neue Umfragen zeigen, der Mehrheit der Befragten wichtiger als ein trendiges Outfit oder ein makelloses Gesicht. Sowohl im Job als auch beim Flirten könne man mit strahlendem Lächeln besser punkten. „Früher waren unregelmäßige Zähne noch weitaus gesellschaftsfähiger als heute“, so Dr. Eltz, „inzwischen werden Fehlstellungen kaum mehr als individuelle Note gesehen!“

Das Gute ist, dass man in jungen Jahren vielleicht versäumte Regulierungen jederzeit nachholen kann. „Die Zähne lassen sich immer bewegen“, bestätigt die Fachfrau aus Wien und erzählt, dass in ihrer Ordination bereits 70 Prozent der Patienten Erwachsene sind.

Wie Mirha Karahodzic. Die 24-Jährige wollte nach abgeschlossenem Jusstudium mit perfektem Lächeln ins Berufsleben einsteigen. „Für das Erscheinungsbild bei Vorstellungsgesprächen ist das schon sehr wichtig“, ist sie sicher und nimmt dafür gern Kosten (im Schnitt muss man mit ca. 6.000 Euro rechnen) und Mühen auf sich. „Ich hab die

Spange schon seit einem Jahr und muss sie noch bis Oktober tragen“, erzählt sie. Von den sehr weit oben stehenden Eckzähnen, die unter anderem störten, ist schon jetzt nichts mehr zu sehen.

Mirha bekam Brackets verpasst, denn diese sind Mittel der Wahl, wenn größere Bewegungen des Knochens oder Veränderungen des Kiefers während der Behandlung zu erwarten sind. „Ich kann mit dieser Methode besser auf Veränderungen reagieren“, erklärt die Ärztin. Besser als mit Invisalign, der unsichtbaren Schiene, auf die wir gleich zurückkommen werden.

### **Klebriges ist tabu**

Bei festsitzenden Brackets werden Plättchen auf die Außenseite der Zähne geklebt und mit einem Draht verbunden. Dieser übt genau dosierte Kräfte auf die Zähne aus und wird in bestimmten Abständen erneuert. Durch verbesserte Techniken dauern Sitzungen heutzutage kürzer, und auch die Zeit zwischen den Zahnarztbesuchen beträgt in vielen Fällen nicht mehr wie früher vier, sondern acht bis zwölf Wochen.

„Der Nachteil ist“, so Maija Eltz, „dass man nicht alles essen kann.“ Beim Abbeißen harter Dinge könnten die Brackets abbrechen, und auch Klebriges ist nicht zu empfehlen. Die Zähne hinter den festsitzenden Regulierungen müssen penibel gereinigt werden. „Und“, kennt Patientin Mirha noch einen Nachteil, „immer wenn ein neuer Draht reinkommt, spürt man's zwei Tage danach ein bissl. Dann kann ich nur weiche Sachen wie Reis oder Püree essen!“

Was trotzdem kein Vergleich zu früher ist, wo noch jeder Zahn mit Draht umschlungen werden musste und teils sogar noch die sogenannte „Headgear“, ein Stützbogen nach außen um den Kopf, notwendig war. Heute haften Brackets durch bessere Klebverfahren nicht nur wie von selbst, es gibt sie auch in durchsichtiger Keramik, was das sogenannte „Blechgrinsen“ der Vergangenheit angehören lässt.

Die (bekannt) silbernen Plättchen sind allerdings stabiler und wurden in Mirhas Fall für die untere Zahnreihe verwendet. „Diese muss mehr aushalten, weil man draufbeißt“, erklärt die Expertin. Sie weiß aber auch, dass unter vielen Teenies silberne Brackets

als cool gelten, unter dem Motto: „Ich trag eine Zahnspace, und das soll man schon von weitem sehen!“

### **Unsichtbarer Helfer.**

Eine Zierde, die Claudia Krabacher nicht anspricht. Die 42-Jährige, selbst kieferorthopädische Assistentin, ließ sich erst von Zahnregulierung überzeugen, als Invisalign auf den Markt kam und immer besser wurde. Diese Zahnspace ist absolut durchsichtig, wird wie eine Schutzhülle über die Zähne geschoben und nur zum Essen und zum Zähneputzen abgenommen.

„Zuerst werden Zahnabdrücke gemacht“, schildert Dr. Eltz, „die dann zum Hersteller nach Amerika geschickt werden. Dort wertet ein Computer die Daten aus.“ Zurück kommt ein Video, das den gesamten Behandlungsablauf inklusive Endergebnis zeigt. Dazu wird die genaue Dauer der Behandlung berechnet, und die Schienen (Aligner) werden für den Zeitraum (meist ca. ein Jahr) mitgeliefert.

Alle zwei Wochen wechselt der Patient die Schienen, braucht dafür aber nicht jedes Mal in die Ordination zu kommen. Die gesamte Behandlung schlägt mit bis zu 6.580 Euro, je nach Fall, zu Buche. Kassen zahlen für Invisalign wie auch Brackets 300 bis 600 Euro pro Behandlungsjahr dazu.

### **Fremdkörper.**

Als Invisalign vor rund zehn Jahren auf den Markt kam, galt die Methode nur als für ganz leichte Fehlstellungen geeignet. „Inzwischen ist die Palette aber immer breiter geworden“, so Eltz. Heute kann man mit der unsichtbaren Klammer schon sehr umfangreich arbeiten. Lücken, Engstände, ja sogar Zähne in zwei Reihen werden von Invisalign zurechtgerückt.

Da die Schienen allerdings vorgefertigt sind, kann, wie erwähnt, kieferorthopädisch nicht ganz so gut auf momentane Veränderungen des Knochens reagiert werden. Für Leute, die keine spürbaren Fremdkörper im Mund ertragen können, ist die Kunststoffhülle auch nicht das Richtige.

Für Claudia Krabacher ist Invisalign allerdings die perfekte Methode. Sie, die an einem Tiefbiss (die unteren Zähne erreichten schon fast den Gaumen) und leichten Unregelmäßigkeiten der Zähne litt, ist begeistert: „Keine Schmerzen, keine Verkabelung im Mund, alles kann man essen! Alle meine Patienten bisher waren glücklich damit. Für mich ist das die Zukunft!“

## **Spangen: Der Überblick**

### **Festsitzende Brackets**

Die Klammern bringen auch massive Zahnfehlstellungen in Form. Sie können etwas schmerzen, doch das Ergebnis entschädigt.

**Geeignet für...** Patienten, bei denen größere Kieferbewegungen zu erwarten sind, Backenzähne verschoben oder aufgerichtet werden müssen. Die Plättchen, auch durchsichtig (Clear Brackets) zu haben, liegen unspürbar außen am Zahn. Für Leute mit Sprach- und Schluckproblemen geeignet. Metall-Brackets werden gerne für untere Zahnreihen verwendet (tragen mehr Belastung) oder für sportliche Jugendliche. Kosten: € 5.500,- bis 6.500,-, für Jugendliche: € 4.780,-.

**So funktioniert's:** Der Zahnarzt legt Brackets an, die Drähte müssen in mehrwöchigen Abständen nachgezogen bzw. erneuert werden. Danach kann es kurzzeitig ein wenig schmerzen. Harte und klebrige Speisen sind nicht zu empfehlen. Behandlungsdauer: ein bis eineinhalb Jahre.

**Variante Lingualtherapie:** Nur innen liegende Regulierung für geringe Engstände in der Front. Behandlungsdauer ca. 5 Monate. Pro Kiefer € 2.500,-.

### **Invisalign**

Die Zahnregulierung, die man nicht sieht, die einen alles essen lässt, leicht zu handhaben ist und nicht schmerzt.

**Geeignet für...** disziplinierte Patienten, da man die Schienen

zum Essen und Zähneputzen selbst abnehmen kann, aber nicht vergessen darf, sie wieder anzulegen. 22 Stunden pro Tag sollen sie getragen werden. Bei den Schienen für Teenager zeigt eine Markierung, ob sie auch getragen wurden. Man spürt sie im Mund, was nicht jedem angenehm ist. Empfohlen für Behandlungen mit nicht allzu großen Kieferbewegungen.

**So funktioniert's:** Nach Abnahme des Kieferabdrucks rechnet ein Computer in den USA Behandlungsdauer und Endergebnis aus, das man auch per Video bewundern kann. Die benötigten Schienen werden mitgeliefert. Alle zwei Wochen muss ein neues Paar angelegt werden, das erste wird in der Ordination angepasst. Ärztliche Kontrolle nur in mehrwöchigen Abständen notwendig. Behandlungsdauer: etwa ein Jahr. Kosten: € 3.680,- bis 6.580,-, je nach Schweregrad.

**Variante Clear Line:** Durchsichtige Schienen (3 Stück), vom heimischen Zahntechniker gefertigt, für ganz leichte Fehlstellungen. Preis: € 2.500,-.

### Top-Adressen für ganz Österreich

**Wien:** Dr. Maija Eltz, 1010 Wien ( [www.eltz.info](http://www.eltz.info)), Invisalign, Brackets.

**Niederösterreich:** Dr. Sylvia Aixberger 2380 Perchtoldsdorf ( [www.zahnarzt.md](http://www.zahnarzt.md)), Invisalign, Brackets.

**Oberösterreich:** Dr. Konstantin Pischel, 4020 Linz ( [www.dr-pischel.net](http://www.dr-pischel.net)), Invisalign, Brackets.

**Salzburg:** Dr. Paul Moser, 5084 Großmain ( [www.mundwerk.info](http://www.mundwerk.info)), Invisalign, Brackets.

**Kärnten:** Dr. H. Renato Mandl, 9020 Klagenfurt, 0463/ 51 19 85, nur Invisalign.

**Kärnten:** Dr. Knut Ehrlinger, 9020 Klagenfurt ( [www.ehrlinger.at](http://www.ehrlinger.at)), Clear Line, Brackets.

**Steiermark:** Dr. Richard Permann, 8010 Graz ( [www.zahnregulierung.at](http://www.zahnregulierung.at)), Brackets, Invisalign.

**Burgenland:** Dr. Reinhard Bischel, 7000 Eisenstadt ( [www.bischel.at](http://www.bischel.at)), Brackets.

**Tirol:** DDr. Andreas Scheiderbauer, 6020 Innsbruck ( [www.scheiderbauer.at](http://www.scheiderbauer.at)), Brackets, Invisalign.

**Vorarlberg:** Dr. Robert Groinig, 6700 Bludenz, 0 55 52/ 624 11, Brackets, Invisalign.