

Liebe Patienten! Sie haben bald Urlaub? Hier finden Sie eine kleine Checkliste und nützliche Tipps!

Was, wenn ich Zahnschmerzen bekomme?

- Nehmen Sie leichte Schmerzmittel
- bei Schwellungen helfen kühle Umschläge
- Vermeiden Sie zu viel Wärme (Sonne), Alkohol, Zigaretten, Kaffee
- Bei Überempfindlichkeiten können Fluoridgele und fluoridhaltige Mundspüllösungen die Beschwerden lindern
- Krone/ Brücke/ Inlay gelockert >setzen Sie es provisorisch mit Zahnpasta oder Prothesenhaftcreme provisorisch ein > suchen Sie einen Zahnarzt auf
- Schmerzen lassen nicht nach? Fragen Sie Ihre Reiseleitung oder im Hotel nach einer deutschsprachigen Zahnarztpraxis

Zahnunfall?

- Gehen Sie sofort zum Zahnarzt
- Ist ein Stück abgebrochen oder Zahn herausgeschlagen, verwenden Sie die Zahnrettungsbox!
- Keine Box zur Hand? bewahren Sie den Zahn für kurze Zeit in kalter, frischer, pasteurisierter Milch auf -> auf keinen Fall an der Wurzel anfassen, das beschädigt ihn! Wir wünschen Ihnen einen schönen Urlaub!

Checkliste

- Vorsorgetermin planen, wir schauen, dass alles in Ordnung ist, bevor es los geht
- Zahnpasta
- Zahnbürste
- Zahnseide/ Interdentalbürstchen
- fluoridhaltige Mundspüllösung oder Fluoridgel (helfen bei auftretenden Empfindlichkeiten)
- Schmerzmittel (falls auftretende Zahnschmerzen)
- entzündungshemmendes Gel, Mundspüllösung oder Kamillenteebeutel (zur Abhilfe bei Zahnfleischentzündungen)
- Zahnpaste vergessen? -> besorgen Sie eine bekannte Markenzahnpasta mit ausreichend Fluorid (etwa 1450 ppm)
- Adapter für elektrische Zahnbürste – nur im Ausland
- Knirscher- bzw Schnarchschiene nicht vergessen

Für die Kleinen...

- Zahnpasta - altersentsprechend
- Zahnbürste
- Zahnseide
- Falls vorhanden: lose Zahnspange mit Zahnspangendose Zahnrettungsbox für Zahnunfälle