

ZWISCHEN RAUM?

AUSGABE 01/2022

DAS PATIENTENMAGAZIN
DES ZAHNÄRZTLICHEN VERSORGUNGSZENTRUMS
MLECKO & KOLLEGEN

SCHWERPUNKT VORSORGE
Putzen bis der Arzt kommt

ZWISCHEN RUND UND ECKIG
Der Zahnbürstentest

RAUM FÜRS TEAM
3 Fragen – 3 Antworten

**VOR
SORGE**



STEPHAN MLECKO
& KOLLEGEN



Stephan Mlecko
Zahnarzt

- 03 Editorial
- 04 Schwerpunktthema: Vorsorge
- 06 Praxisnews
- 07 Interview
- 08 Der Zahnbürstentest
- 09 Praktische Tipps
- 10 Raum fürs Team
- 11 Interaktiv

WAS UNS BEWEGT

**Liebe Patientin,
lieber Patient,**

in Ihren Händen halten Sie unser neues Patientenmagazin ZWISCHENRAUM, mit dem wir Sie über die Entwicklungen in der modernen Zahnmedizin und über Neuigkeiten aus unserer Praxis informieren möchten.

Diese erste Ausgabe widmet sich dem Schwerpunktthema Vorsorge. Wir geben Ihnen deshalb auf Seite 9 beispielsweise praktische Tipps für die Zahnpflege zu Hause.

Ich freue mich im Besonderen, Ihnen von den Neuigkeiten aus unserem Zahnmedizinischen Versorgungszentrum Mlecko & Kollegen zu berichten: Im April haben wir die zahnärztliche Versorgung der Patientinnen und Patienten von der früheren Zahnarztpraxis Dr. Rainer Kaiser in Hörstel übernommen, nachdem die Praxis aufgrund eines Vermieterswechsels aufgegeben werden musste.

Gleichzeitig ist es uns gelungen, Herrn Dr. Kaiser, seine Tochter Dr. Meta Kaiser sowie vier Mitarbeiterinnen aus der früheren Praxis in unserem Versorgungszentrum zu beschäftigen – mehr dazu lesen Sie auf Seite 6 und im persönlichen Interview mit meiner Kollegin Dr. Meta Kaiser auf Seite 10.

Lernen Sie außerdem unser neues Behandlungskonzept „Feste Zähne im Schlaf“ kennen. Hierbei ist es möglich, fehlende Zähne zu ersetzen oder einen komplett zahnlosen Kiefer mit festen Zähnen zu versorgen. Wie das genau funktioniert, erfahren Sie auf Seite 7.

Und es gibt noch viel mehr in dieser Ausgabe zu entdecken – ich wünsche Ihnen viel Freude beim Schmökern in unserem Patientenmagazin!

Herzlichst,

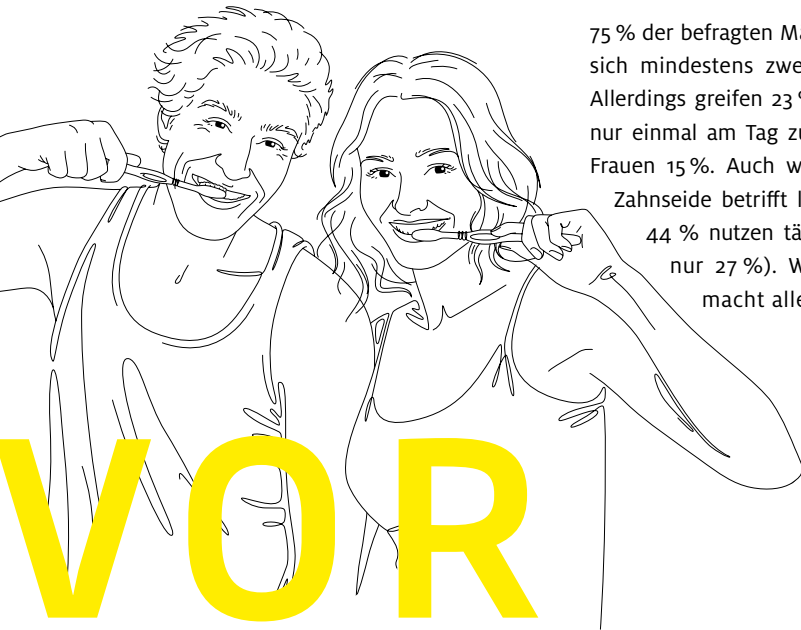
Ihr Stephan Mlecko, M.Sc.

PUTZEN BIS DER ARZT KOMMT

Putzen Sie mindestens zweimal täglich ausreichend lange Ihre Zähne und verwenden Zahnseide? Oder verzichten Sie hin und wieder aufs Zähneputzen? Interessant: Ihr Zahnpflegeverhalten kann mit Ihrem Geschlecht zusammenhängen, denn die Ergebnisse einer von YouGov durchgeführten Umfrage kommen zu diesem Schluss:

Frauen pflegen ihre Zähne besser als Männer.

75 % der befragten Männer und Frauen putzen sich mindestens zweimal täglich die Zähne. Allerdings greifen 23 % der befragten Männer nur einmal am Tag zur Zahnbürste – bei den Frauen 15 %. Auch was die Verwendung von Zahnseide betrifft liegen die Damen vorne: 44 % nutzen täglich Zahnseide (Männer nur 27 %). Wir meinen: Mädels, ihr macht alles richtig, weiter so!



VORSORGE

WAS SIE UNBEDINGT WISSEN SOLLTEN

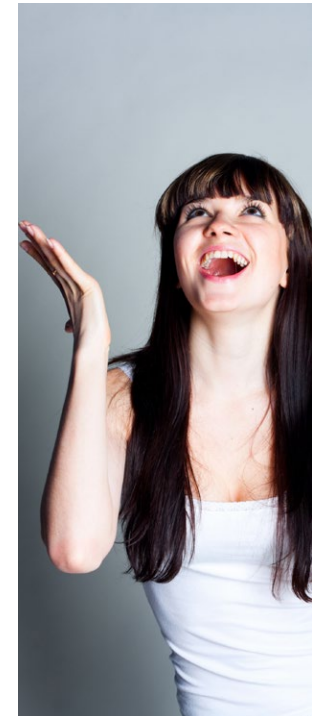
Eine regelmäßige und gründliche Zahnpflege ist enorm wichtig, um Zähne und Zahnfleisch gesund zu halten. Allerdings reicht das Zähneputzen in Eigenregie oft nicht aus, um auch alle Beläge gründlich zu entfernen. Daher sollten Sie regelmäßige Kontrolltermine und jährlich mindestens zwei professionelle Zahnreinigungen (PZR) in Ihrer Zahnarztpraxis durchführen lassen.

ACHTUNG: PARODONTITIS!

Das gründliche Entfernen von Belägen kann nicht nur Karies vorbeugen, sondern auch der Parodontitis – einer Erkrankung, die es in sich hat! Die Parodontitis ist eine chronische Entzündung des Zahnfleisches. Wenn sie nicht behandelt wird, führt sie zu Gewebeabbau, Knochenrückgang und Zahnverlust. Aber das ist nicht alles: Parodontitis

begünstigt schwerwiegende Erkrankungen wie Herzinfarkt oder Schlaganfall und kann bei Schwangeren das Risiko einer Frühgeburt erhöhen.

Frauen sollten daher bereits vor einer geplanten Schwangerschaft ihre Zähne kontrollieren lassen. Und im Verlauf eine professionelle Zahnreinigung in Anspruch nehmen. Das gleiche gilt für Menschen mit Diabetes. Sie erkranken dreimal häufiger an einer Entzündung des Zahnfleisches als Nicht-Diabetiker*innen. Zudem gibt es Wechselwirkungen zwischen Parodontitis und Diabetes. Durch eine Diabeteserkrankung kann eine Parodontitis entstehen. Andererseits verschlechtert eine unbehandelte Parodontitis den Blutzuckerwert und macht dessen Einstellung schwieriger. Eine gute Reinigung der Zähne kann also unglaublich viel leisten.



Sie möchten mehr über unsere Leistungen erfahren?

www.zahnarzt-mlecko.de/leistungen



RAUM FÜR PRAXISNEWS

WIR HABEN DIE VERSORGUNG DER PATIENT*INNEN DER ZAHNARZTPRAXIS VON DR. RAINER KAISER ÜBERNOMMEN

Zum 1. April 2022 haben wir die zahnärztliche Versorgung der Patientinnen und Patienten der Zahnarztpraxis Dr. Rainer Kaiser in Hörstel übernommen, nachdem die Räumlichkeiten der Praxis nach 37 Jahren durch den neuen Vermieter gekündigt wurden.

Der Schock für Dr. Rainer Kaiser, seine Tochter Dr. Meta Kaiser und die zahnmedizinischen Angestellten war zunächst groß, doch für Zahnarzt Stephan Mlecko, M.Sc., der ebenfalls mit einem Praxisstandort in Hörstel vertreten ist, war schnell klar, dass er neben der Übernahme der zahnärztlichen Versorgung auch Dr. Rainer Kaiser, Dr. Meta Kaiser und vier Mitarbeiterinnen in sein Team integrieren würde.

„Es ist ein großes Glück, dass wir die Dres. Kaiser und ihr erfahrenes, vierköpfiges Team trotz unserer stabilen Personaldecke an unseren Standorten in Ibbenbüren und Hörstel beschäftigen können“, erklärt Praxisinhaber Stephan Mlecko. „Die neuen Kolleginnen und Kollegen und unser bestehendes Team ergänzen sich perfekt und arbeiten zum Wohle der Patientinnen und Patienten partnerschaftlich Hand in Hand.“

Allen Patientinnen und Patienten der früheren Praxis Dr. Kaiser, die das Zahnmedizinische Versorgungszentrum Mlecko & Kollegen bislang noch nicht kennengelernt haben, sichert Stephan Mlecko, M.Sc. eine Zahnmedizin mit hohem Anspruch zu – von der professionellen Zahnreinigung über die schnelle Versorgung mit funktionalem und höchstästhetischem Zahnersatz aus dem hauseigenen Dentallabor bis hin zur modernen digitalen Implantologie.



ZAHNERSATZ IM SCHLAF

Herr Mlecko, in Ihrem innovativen zahnmedizinischen Versorgungszentrum bieten Sie das Behandlungskonzept „Zahnersatz im Schlaf“ an.

Wie läuft die Behandlung ab, und welche Vorteile bietet sie Ihren Patient*innen?



Stephan Mlecko, M.Sc.:

„Mit dem Behandlungskonzept Zahnersatz im Schlaf bieten wir unseren Patientinnen und Patienten die Möglichkeit, kranke oder fehlende Zähne in nur einer Sitzung durch funktionale und höchästhetische Zahnimplantate zu ersetzen oder einen zahnlosen Kiefer komplett zu versorgen. Quasi im Schlaf, denn wir führen die Therapie auf Wunsch hin in Vollnarkose durch. Während wir uns um die zahnmedizinische Versorgung kümmern, überschläft die Patientin bzw. der Patient die Behandlung und wacht ganz entspannt mit schönen, festen Zähnen auf!“

Möglich wird dieser Behandlungsweg u. a. durch die technischen Errungenschaften der modernen Zahnmedizin – und das beginnt schon bei der Planung. Mit unserem digitalen, strahlungsarmen Volumetomographen erfassen wir im Vorfeld die Zahn- und Kiefersituation. Hierdurch wird ein unangenehmer Abdruck mit Löffel und Abformmasse vollkommen überflüssig.

Die digitalen Abdruckdaten geben uns präzise Auskunft über die Lage der Nerven und erlauben uns eine exakte Planung der Behandlung. Auf Basis dieser Daten fertigen die erfahrenen Zahntechniker*innen in unserem praxiseigenen Dentallabor in Ibbenbüren vorab eine indivi-

duelle Bohrschablone an, die ein schonendes und minimal-invasives Vorgehen beim Einbringen der Implantate ermöglicht.

Am Tag der Behandlung bereiten wir unseren Patientinnen und Patienten entspannt auf die Behandlung vor. Ein erfahrener Anästhesist leitet anschließend die Narkose ein. Während der Patient beatmet und vom Anästhesisten kontinuierlich überwacht wird, bringen wir die Zahnimplantate schonend in den Kieferknochen ein und versorgen diese direkt mit einem feststehenden Provisorium, das noch am gleichen Abend belastet werden darf.

Nachdem die Narkose heruntergefahren wurde und die Patientin bzw. der Patient in Ruhe aufgewacht ist, werden noch einmal alle Vitalfunktionen sorgfältig überprüft. Anschließend darf sie/er unsere Praxis mit festen Zähnen und einem vollkommen neuen Lebensgefühl verlassen.“

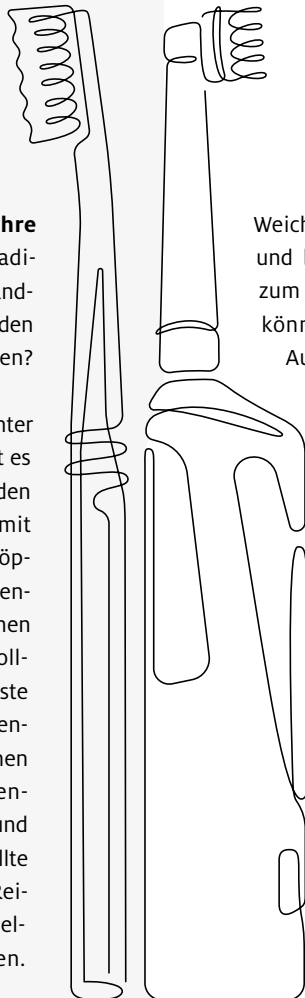
Herr Mlecko,
vielen Dank für das informative Gespräch!

ZWISCHEN RUND + ECKIG



Wie putzen Sie eigentlich Ihre Zähne? Sind Sie eher der traditionelle Typ und greifen zur Handzahnbürste oder gehören Sie zu den Innovativen, die elektrisch putzen?

Wir nehmen beide Methoden unter die Lupe. Handzahnbürsten gibt es in zahlreichen Variationen. In den Regalen finden Sie Modelle mit langen und kurzen Borstenköpfen, mit und ohne schräg stehenden Borsten und in verschiedenen Härtegraden. Grundsätzlich sollten Sie bei der Handzahnbürste auf ein nicht zu dichtes Borstenfeld achten, denn damit erreichen Sie besser die Zahnzwischenräume. Wer gesunde Zähne und gesundes Zahnfleisch hat, sollte sich aufgrund der besseren Reinigungsleistung für eine mittelharte Zahnbürste entscheiden.



Weiche Borsten sollten nur zeitweise und bei akuten Zahnfleischproblemen zum Einsatz kommen. Harte Borsten können das Zahnfleisch schädigen.

Auch bei elektrischen Zahnbürsten haben Sie die Wahl – zwischen runden, oszillierenden Modellen und Schallzahnbürsten. Gleich, welche Sie verwenden: Elektrische Zahnbürsten reinigen bei richtiger Anwendung gründlicher als Handzahnbürsten. Sie werden es an der glatteren Zahnoberfläche feststellen. Aktuelle Modelle gibt es sogar mit Programmen und Timern zur Erleichterung der täglichen Zahnpflegeroutine.

Unser Fazit:
Egal was zu Ihnen passt, Hauptsache ist Sie putzen!



ZÄHNEPUTZEN

Direkt nach dem Essen?

Sind Sie eine Naschkatze? Putzen Sie Ihre Zähne am besten direkt im Anschluss an das Plündern der Süßigkeitsvorräte. Bei säurehaltigen Lebensmitteln oder Limonaden bitte noch 30 Minuten warten, damit Sie den von der Säure angelösten Zahnschmelz nicht direkt wegschrubben.



LEBENSMITTEL

Zahnfreundliches Essen

Feste Lebensmittel wie Nüsse, Vollkornbrot und Gemüse schmecken auch unseren Zähnen gut! Das Kauen stärkt Zähne sowie den Zahnhalteapparat und regt den Speichelfluss an – das neutralisiert Bakterien.



PFEFFERMINZE

Wunderkraut fürs Zahnfleisch

Nicht nur die in Zahnpasta enthaltene Pfefferminze pflegt Ihr Zahnfleisch. Ein Tee aus frischer Pfefferminze wirkt ebenso entzündungshemmend und schmeckt einfach köstlich!



ZAHNPASTA

Gutes aus der Tube

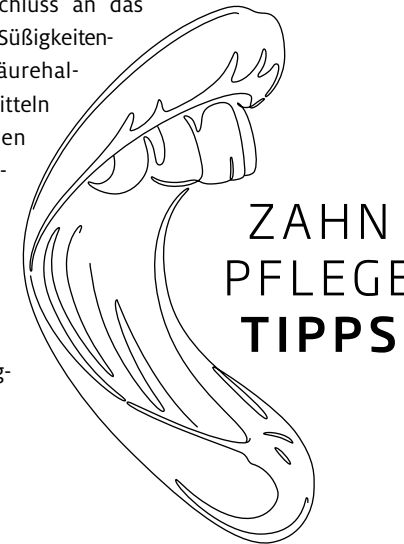
Zahnpasten gibt es viele – die Fachgesellschaften empfehlen für Erwachsene und Kinder ab sechs Jahren die Verwendung einer Zahnpasta mit einem Fluoridgehalt von ca. 1.450 ppm zum Schutz vor Karies. Bei kleineren Kindern ab zwei Jahren sollte eine Kinderzahnpasta mit einem Fluoridgehalt von 1.000 ppm (erbsengroße Menge) verwendet werden.



ZAHNBÜRSTE

Tausche alt gegen neu

Tauschen Sie Ihre Zahnbürste spätestens alle drei Monate aus. Denn mit der Zeit verbiegen sich die Borsten und die Bürste reinigt nicht mehr gründlich. Tipp: Auch nach Erkältungskrankheiten sollte die Zahnbürste erneuert werden, damit Sie sich nicht wieder anstecken.



Ihre Pflgetipps zum
Download



3 FRAGEN 3 ANTWORTEN

DR. META KAISER

ist seit April 2022 als Zahnärztin im Zahnmedizinischen Versorgungszentrum Mlecko & Kollegen tätig. Zuvor war sie angestellte Zahnärztin in der Praxis Dr. Rainer Kaiser. Nach einer Kündigung der Praxisräumlichkeiten durch einen neuen Vermieter bekam Sie von Stephan Mlecko die Möglichkeit, mit ihren Patient*innen und ihrem Team in das zahnmedizinische Versorgungszentrum zu wechseln.

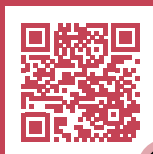
Frau Dr. Kaiser, wie haben Sie den Übergang in die Praxis von Stephan Mlecko erlebt?

„Ich bin sehr froh, dass ich nach der Kündigung der Praxisräumlichkeiten durch den Vermieter im Zahnmedizinischen Versorgungszentrum Mlecko & Kollegen weiterbeschäftigt werden konnte und unsere bestehenden und neuen Patient*innen zahnärztlich versorgen kann. Stephan Mlecko hat es meinen Kolleginnen und mir ermöglicht, weiterhin als eingespieltes Team zusammenzuarbeiten – das finde ich großartig! Auch die Zusammenarbeit mit den neuen Kolleginnen und Kollegen macht mir großen Spaß und funktioniert reibungslos.“

Wie wurden Sie im Team aufgenommen?

„Wir wurden an beiden Standorten mit offenen Armen herzlich empfangen. Der Umgang im gesamten Team ist von einer ehrlichen, offenen und kollegialen Kultur geprägt. Stephan Mlecko hat uns eine sehr angenehme Eingewöhnungsphase und das Kennenlernen neuer Behandlungskonzepte ermöglicht. Das hat uns den Übergang enorm erleichtert. Ich freue mich jeden Tag aufs Neue, für unsere Patientinnen und Patienten da zu sein.“

UNSER TEAM



Was gefällt Ihnen an Ihrer Tätigkeit im Versorgungszentrum besonders?

„Mir gefällt vor allem das große und vielfältige Leistungsspektrum und die innovative Technik – von Implantologie über Zahnästhetik bis hin zur Chirurgie. Gerade im Bereich der Chirurgie lerne ich jeden Tag viel dazu. Außerdem mag ich es sehr, in einem großen Versorgungszentrum mit insgesamt 33 Kolleg*innen tätig sein zu dürfen. Und auch für unsere Patient*innen ist das von großem Vorteil: Falls eine Behandlerin oder ein Behandler in Urlaub fährt oder erkrankt ist, müssen sie nicht auf den Notdienst zurückgreifen, sondern werden in der gewohnten Praxis bestmöglich versorgt!“

Frau Dr. Kaiser, vielen Dank für das freundliche Gespräch.

INTERAKTION LOS!



SIND SIE ZUFRIEDEN?
Lassen Sie uns gern eine Bewertung da!

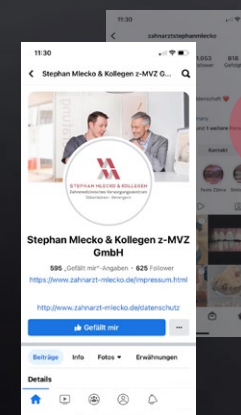
Stephan Mlecko & Kollegen MVZ



1,0 Bestes Team

Ich kann nur jedem die Praxis von Dr. Mlecko empfehlen. Super umgang mit Angstpatienten. Es wird einem sehr gut alles erklärt und alle sind super nett und kompetent.

**IMMER AUF
DEM LAUFENDEN**
Jetzt abonnieren!



/zahnarztstephanmlecko



/ Zahnarztpraxis.Mlecko



**JETZT ONLINE
TERMIN VEREINBAREN!**





MLECKO & KOLLEGEN MVZ GMBH
STEPHAN MLECKO

WEBERSTRASSE 13 A
49477 IBBENBÜREN
TEL. 0 54 51 1 40 40
INFO@ZAHNARZT-MLECKO.DE

HERRENSTRASSE 3
48477 HÖRSTEL
TEL. 0 54 59 97 21 31
INFO@ZAHNARZT-MLECKO.DE

Impressum:
Mlecko & Kollegen MVZ GmbH
Das Patientenmagazin ist ein persönliches
Informationsmedium.
Fotos: Stephan Mlecko
shutterstock 71867857 - Kovalev Maxim