

Viele Versicherte wissen nicht mehr, wie sie sich Zahnersatz leisten sollen – Eigenanteil gestiegen

# Hochwertiger Zahnersatz wird immer teurer

**Zahnersatz ist teuer. Seit die Krankenkassen im Jahre 2005 das Festzuschuss-System eingeführt haben, müssen Patienten und Patientinnen immer tiefer ins Portemonnaie greifen, wenn sie dritte Zähne benötigen. Denn der Festzuschuss der gesetzlichen Krankenkassen (GKV) zur Regelversorgung deckt nur knapp die Hälfte der Kosten für den Standard-Zahnersatz. Die andere Hälfte, den sogenannten Eigenanteil, müssen Patientinnen und Patienten selbst bezahlen.**

Gerade wer einen hochwertigen Zahnersatz möchte, als es die Regelversorgung vorsieht, etwa einen Zahnersatz aus Vollkeramik oder implantatgestütztem Zahnersatz, muss entsprechend mehr bezahlen.

Immer mehr gesetzlich Versicherte wissen deshalb nicht, ob und wie sie sich ihren Zahnersatz leisten sollen. Viele verzichten dafür auf den Urlaub, manche müssen einen Kredit aufnehmen, und sogar jeder zehnte Versicherte lebt Erhebungen zufolge jahrelang mit einer oder mehreren Zahnlücken. Aus Sorge vor den hohen Kosten setzen sich viele Versicherte häufig erst dann mit den Kosten von Zahnersatz auseinander, wenn es soweit ist.

Wenn die Behandlung nicht aufzuschieben ist, erstellt der Zahnarzt oder die Zahnärztin zunächst einen Heil- und Kostenplan. Daraus ist zu ersehen, welcher Befund vorliegt. Auch

die empfohlene Therapie wird vermerkt. Aufgelistet werden zudem die voraussichtlichen Leistungen samt Honorar des Zahnarztes sowie die zu erwartenden Labor- und Materialkosten.

Beinäherer Betrachtung wird deutlich, dass die Laborkosten einen großen Teil des Heil- und Kostenplans ausmachen. Dies gilt sowohl für die Standards der Regelversorgung als auch für Zahnersatz, der über die Basisversorgung hinausgeht. Insbesondere bei der hochwertigen Versorgung liegen die Material- und Laborkosten inzwischen bei etwa 60 bis 70 Prozent der Gesamtkosten.

Nur eine einfache Vollgusskrone aus Metall sieht die GKV beispielsweise als Regelversorgung beim Ersatz von einzelnen Backenzähnen vor. 50 bis 65 Prozent der Kosten wird als Festzuschuss von der Krankenkasse übernommen,

der „Rest“ ist Eigenanteil. Allein bei Härtefällen leisten die Krankenkassen unter Umständen einen höheren Anteil.

Wer eine Kunststoffverblendung oder Vollkeramikronen möchte, hat entsprechend höhere Kosten, weil der Festzuschuss sich stets auf die Regelversorgung bezieht. Noch teurer wird es bei Inlays. Inlays sind eine hochwertige und langlebige Alternative zu Füllungen aus Amalgam, Zement oder Kunststoffen. Sie werden in Dental-labors gefertigt. Hierzu wird in der Regel kein Festzuschuss geleistet.

Als reine Privatleistung gelten Implantate. Bei diesem Zahnersatz handelt es sich um künstliche Zahnwurzeln, die in den Kieferknochen als Ersatz für die eigene Zahnwurzel eingesetzt werden. Dennoch gelten sie bei der GKV nicht als Zahnersatz. Dementsprechend gibt es für Implantate keinen



Foto: blende40/fotolia

**Immer mehr gesetzlich Versicherte wissen nicht, ob und wie sie sich ihren Zahnersatz leisten sollen.**

„Festzuschuss“. Selbst Wurzelbehandlungen zum Zahnerhalt werden nicht automatisch im Rahmen der kassenärztlichen Leistung von der GKV übernommen, noch weniger kieferorthopädische Behandlungen.

Neben einer konsequenten Vorsorge für Zähne und Zahnfleisch kann – sofern der Geldbeutel es zulässt – eine private Zahnzusatzversicherung helfen, die Kosten für Zahnersatz zu decken.

## VVS berät Mitglieder

Die Makler-Versicherungsgesellschaft VVS kann Ihnen bei der Auswahl einer guten Zahnzusatzversicherung behilflich sein.

Lassen Sie sich kostenlos und umfassend über die Möglichkeiten beraten unter der zentralen VVS-Rufnummer: Tel.: 030/726222401.

Parodontose ist heute bei Erwachsenen die Hauptursache für Zahnverlust

## Zahnfleischerkrankungen vorbeugen

**Da die Kariesbekämpfung in den letzten Jahren große Fortschritte gemacht hat, ist Parodontose heute die Hauptursache für Zahnverlust bei Erwachsenen. Parodontose ist eine Entzündung des Zahnhalteapparates, dem zumeist eine bakterielle Infektion zugrunde liegt. Unbehandelt kann diese zum Zahnverlust führen.**

Dass Parodontalerkrankungen bei Erwachsenen zunehmen, hängt unter anderem damit zusammen, dass die Anfälligkeit dafür mit dem Lebensalter größer wird. Und da die Lebenserwartung insgesamt steigt, und immer mehr Menschen ihre Zähne bis ins hohe Alter behalten, wächst naturgemäß auch ihr Parodontitisrisiko.

Mit einer guten Zahnprophylaxe (darunter versteht man alle Maßnahmen zur Gesunderhaltung der Zähne und des Zahnfleisches) kann man wirksam vorbeugen. Leider werden Kosten für die Prophylaxe – mit Ausnahme der jährlichen Kontrollen – in der Regel nicht von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen. Die professionelle Zahnreinigung muss selbst bezahlt werden. Es gibt jedoch einige Regeln, die einfach zu beachten sind und die helfen, ein gesundes Zahnfleisch zu erhalten.

Was den Zähnen schadet, schadet auch dem Zahnfleisch. Nummer Eins bleibt der Zucker. Er wird durch die Mund-



Foto: Jenny Sturm/fotolia

**Mit Vitaminen kann man Parodontose zum Teil vorbeugen.**

bakterien zersetzt, als Ergebnis entsteht Säure, die die Zähne angreift. Karies bleibt aber nicht im Kaubereich der Zähne, sondern wandert auch in den Zahnhalteapparat. Dort setzen die Bakterien ihr zerstörerisches Werk fort.

Die Parodontitis beginnt schleichend und wird deshalb oft lange Zeit nicht bemerkt. Zahnfleischbluten kann ein erstes Alarmsignal für entzündetes Zahnfleisch sein. Es tritt zum Beispiel beim Zähneputzen auf oder wenn man in einen Apfel beißt. Auch wenn das Zahnfleisch gerötet oder geschwollen ist, sollten Betroffene zum Zahnarzt gehen.

Greift die Parodontose auf den Kieferknochen über, wird dieser durch körpereigene Zellen (die Osteoklasten) zurückgebildet. Ebenso wie der Knochen zieht sich auch das Zahnfleisch

zurück. Die Zahnhälse werden fortschreitend freigelegt; dadurch entsteht manchmal der Eindruck, dass die Zähne länger werden. Häufig haben Betroffene durch die Bakterien auch Mundgeruch. Lockere Zähne treten meistens erst bei schwerer Parodontitis auf.

Weitgehender Verzicht auf zuckerhaltige Lebensmittel kann vorbeugen. Dazu gehören auch Produkte mit verstecktem Zucker wie zum Beispiel Ketchup oder Senf oder mit Austauschzucker. Fruchtzucker ist diesbezüglich nicht besser als Industriezucker. Die meisten Weißmehlprodukte beinhalten ebenfalls viel Zucker.

Hingegen ist eine vollwertige Ernährung hilfreich. Das Kauen fördert den Speichelfluss. Speichel hilft beim Reinigen des Mundraums und schützt zudem durch seine Inhaltsstoffe. Beim ausreichenden Kauen werden auch Säuren neutralisiert.

Für das Zahnfleisch wichtig sind vor allem die Vitamine C und E sowie Folsäure und indirekt Vitamin A, H und K.

## Essen für das Zahnfleisch

Vor allem Vitamine schützen das Zahnfleisch: Vitamin A hilft beim Aufbau der Schleimhäute. Das Hautvitamin H (Biotin) befeuchtet sie und steigert deren Abwehrkräfte. Vitamin K reduziert die Säureproduktion. Vitamin C und Folsäure mindern ebenfalls das Risiko zu Zahnfleischerkrankungen und unterstützen deren Heilung. Der Mineralstoff Kalzium wirkt Zahnfleischschwund entgegen. Besonders hilfreich sind folgende Nahrungsmittel: Brokkoli ist wie gemacht für gesundes Zahnfleisch und gute Zähne. Er liefert viel Vitamin K, C, Kalzium, Folsäure und Phosphor. Auch Kohlrabi ist ein guter Helfer, ebenso wie Petersilie. Sie beinhalten Vitamin C und A sowie Carotin, außerdem Fluor und Kalzium.

Naturjoghurt gibt Kalzium und Folsäure. Fetter Seefisch ist eine gute Quelle für Vitamin D. Und Paprika enthält mehr Vitamin C als Zitronen, dazu Vitamin E und Folsäure.