

Zahnschmerzen im Urlaub

Was tun, wenn's auf Reisen im Mund pocht und zieht?

München – Oh nein, nicht jetzt! Schmerzende Zähne auf Reisen kann wirklich niemand gebrauchen. Gut zu wissen, wie man dann am besten reagiert: Die Bayerische Landeszahnärztekammer (BLZK) gibt Tipps, was Sie bei Zahnschmerzen im Urlaub tun können und wie Sie gut auf einen Zahnunfall vorbereitet sind.

Damit es erst gar nicht zu Zahnschmerzen im Urlaub kommt, sorgen Sie am besten vor: Gehen Sie drei bis vier Wochen vor der Reise zur Vorsorgeuntersuchung in Ihre Zahnarztpraxis. Dann kann der Zahnarzt oder die Zahnärztin Ihr Gebiss gründlich kontrollieren – und eventuell notwendige Behandlungen noch vor dem Urlaub durchführen. Außerdem können die Zähne und das Zahnfleisch gezielt im Hinblick auf geplante Urlaubsaktivitäten untersucht werden. Das ist zum Beispiel beim Tauchen wichtig, denn undichte Füllungen oder Kronen mit Luft einschließen können beim Auftauchen durch den erhöhten Druck wehtun.

Zahnschmerzen auf Reisen

Manchmal lassen sich Zahnschmerzen im Urlaub trotz bester Vorbereitung leider nicht verhindern. Sind die Beschwerden nur leicht, kann es schon helfen, Kaffee, Zigaretten, sportliche Aktivitäten und Hitze zu vermeiden. Kühlende Umschläge können Schwellungen lindern und leichte Schmerzmittel die Zeit bis zum Zahnarztbesuch zu Hause überbrücken. Reichen diese Soforthilfe-Maßnahmen nicht aus, sollten Sie eine Zahnarztpraxis vor Ort aufsuchen – ebenso, wenn sich eine Krone löst oder ein Zahnunfall passiert ist. Fragen Sie Ihren Reiseveranstalter, das Hotelpersonal, bei der Touristeninfo oder in der Apotheke nach einer Praxis in der Nähe.

Zahnunfall im Urlaub

Beim Sport und wenn Kinder spielen und toben kann es leicht zu einer Zahnverletzung kommen. Dann ist es gut, im Urlaub eine Zahnrettungsbox dabeizuhaben, die in der Apotheke erhältlich ist. In diesem Behälter können ausgeschlagene Zähne oder Zahnstücke keimfrei aufbewahrt und in eine Zahnarztpraxis oder Zahnklinik transportiert werden – das sollte so schnell wie möglich passieren. Alternativ kann der Zahn für den Transport auch in kalte H-Milch gelegt oder in saubere Kunststoffolie (etwa Frischhaltefolie) gewickelt werden. Die gute Nachricht: Wird ein Zahn richtig aufbewahrt und schnell zahnmedizinisch versorgt, bleibt er meist erhalten.

Die Bayerische Landeszahnärztekammer bietet eine Schritt-für-Schritt-Anleitung mit Notfall-Tipps für den Zahnunfall zum Ausdrucken an. Sie passt zusammengefoldet in den Geldbeutel: zahn.de/zahnunfall-faltkaertchen

Mehr Informationen zum Thema „Gesunde Zähne im Urlaub“ finden Sie auf der BLZK-Patientenwebsite unter zahn.de/zahnschmerzen-urlaub

Kontakt:

Christian Henßel, Leiter Geschäftsbereich Kommunikation der Bayerischen Landeszahnärztekammer
Telefon: 089 230211-130 | Fax: 089 230211-108 | presse@blzk.de | facebook.com/BLZK.KZVB

Die Presseinformation finden Sie unter www.blzk.de/pressemeldungen

Die Bayerische Landeszahnärztekammer (BLZK) ist die gesetzliche Berufsvertretung der über 16 500 bayerischen Zahnärzte. Sie setzt sich aktiv für Rechte und Interessen der Zahnärzte sowie für Förderung, Erhaltung und Wiederherstellung der Mundgesundheit der Bevölkerung ein. Dabei steht sie für Qualität in der Zahnmedizin als Ergebnis wissenschaftlich begründeter Präventions- und Behandlungskonzepte, die sich an der Individualität des einzelnen Patienten orientieren. Der Patientenschutz ist ein vorrangiges Anliegen der Bayerischen Landeszahnärztekammer.