

# Auf den Zahn gefühlt

## INHALT:

- (1) Zähneputzen eine klare Sache?
  - (2) Zähne und Ihre Zusammenhänge mit dem Körper
  - (3) Die Solo-Prophylaxe: So putzen Sie Ihre Zähne richtig
  - (4) Tolles Erlebnis: Seminar "Naturarzneien selbst herstellen"  
und Ausblick: Seminar "Antlitz-Diagnose"
  - (5) In eigener Sache: 2. Nachwuchs steht an
  - (6) Impressum
- 

## (1) Zähneputzen eine klare Sache?

Zähneputzen war bisher eine klare Sache für uns: Am besten 3x täglich nach dem Essen, Zahnseide verwenden und natürlich eine Bio-Zahnpasta ohne Fluor-Zusätze. Wir haben sogar eine elektrische Zahnbürste verwendet, denn das fühlte sich schön sauber an und war einfach.

**Ein intensiver Check bei einem naturheilkundlich arbeitenden Zahnarzt hat uns jedoch einige Aufklärung gebracht:**

- **Herkömmliche Zahnbürsten sind zu hart** und greifen den Zahnschmelz an
- **Herkömmliche Zahnpasten** (auch aus dem Bioladen) schmirgeln den Zahn regelrecht ab (da sie meist einen zu hohen Abriebwert haben. Der sog. RDA-Wert sollte bei ca. 40 liegen, üblich sind über 70)
- **Elektrische Zahnbürsten verursachen enorme Schäden** an Zähnen und Zahnfleisch. Das Zahnfleisch zieht sich langsam zurück und die Zahnhälse werden freigelegt, was Parodontose fördert (Hauptursache für Zahnverfall im Alter).
- **94% der Bakterien sitzen in den Zahnzwischenräumen.** Da diese jedoch ausgebuchtet sind, erzielt Zahnseide kaum Effekte.

Nun sind kaputte Zähne nicht nur unangenehm und teuer. In unserer täglichen Praxis sehen wir, dass Parodontitis, Wurzelbehandlungen, Unverträglichkeiten von Füllungen und Implantate gravierende Auswirkungen auf den ganzen Körper und verschiedene Organe haben.

## (2) Zähne und Ihre Zusammenhänge im Körper

Über das Meridian-System der chinesischen Medizin sind **Verbindungen zwischen den einzelnen Zähnen und Körperorganen nachvollziehbar**. So sind z.B. die Schneidezähne dem Nieren-Blasen-Bereich zugeordnet. Ein Unfall im Zahnfrontbereich kann in Folge zu chronischer Blasenentzündung führen, um nur ein Beispiel zu nennen.

Gibt es abgestorbene Zähne, **dann stellt dieser Zahnherd einen chronischen Entzündungsprozess für den Körper dar**. Folgen sind z.B. Eisen- und Vitaminmangel, Müdigkeit, Lymphbelastungen. Das Problem: So ein Zahnherd macht sich nicht unbedingt mit Schmerzen bemerkbar. Nicht einmal im Röntgenbild ist er zwingend erkennbar.

Aber auch **Wurzelbehandlungen, Unverträglichkeiten von Füllungsmaterialien** (v.a. unterschiedliche Metalle wie Gold und Amalgam) **und Implantate** können gewaltige Störwirkungen im Körper verursachen.

Deshalb ist es uns ein Anliegen, unsere Zähne gesund zu halten, um Zahnbehandlungen gar nicht erst nötig zu machen. Prophylaxe als beste Therapie, wie so oft.

**Doch was ist eine gute Zahnprophylaxe, sprich: Wie putzen wir richtig?**

## (3) Die Solo-Prophylaxe: So putzen Sie Ihre Zähne richtig

- **Der größte Putzeffekt wird erzielt**, wenn die Zähne einzeln (solo) geputzt werden. Mit normalen Zahnbürsten putzt man zu sehr über die Zwischenräume hinweg. Die Solo-Zahnbürste hat einen kleinen Bürstenkopf, mit dem man jeden Zahn einzeln reinigt und deutlich besser an die Zwischenräume herankommt.

- **Die Solo-Zahnbürste verursacht keine Schäden am Zahnschmelz**, da sich die Borsten auffächern.

- **Es wird lediglich Wasser verwendet, keine Zahnpasta**, denn Zahnpasta wirkt wie Schmirgelpapier und reibt die Zähne ab.

Wer auf den Frische-Geschmack morgens nicht verzichten möchte, kann mit einer sehr weichen Zahnbürste und einer speziellen Zahnpasta wie gewohnt die Zähne putzen, ohne zu schaden.

- **Für die Zwischenräume gibt es Solo-Sticks in verschiedenen Größen** (sehen aus wie kleine Mini-Bürsten). Der Zahnarzt sucht für jeden Zahnzwischenraum die passende Größe aus und man bekommt einen individuell angepassten Satz an Solo-Sticks mit nach Hause. Das stellt sicher, dass die Zahnzwischenbuchten mit dem Großteil der Bakterien wirkungsvoll gereinigt werden.

- **Anfängliches Zahnfleischbluten** (als schlechtes Gesundheitszeichen für den Zahnfleischzustand) nimmt innerhalb kürzester Zeit deutlich ab.

==> Unter [www.solo-prophylaxe.de](http://www.solo-prophylaxe.de) gibt es eine Kontaktsuche für Zahnärzte, die mit der Solo-Prophylaxe vertraut sind.

#### (4) Tolles Erlebnis: Seminar "Naturarzneien selbst herstellen" und Ausblick: Seminar "Antlitz-Diagnose"

Das Seminar "Naturarzneien selbst herstellen" mit HP Bernhard Kern war ein spannendes und tolles Wochenende. Da die Runde sehr aufgeschlossen war, gab es einige thematische Abstecher, z.B. in die Antlitz-Diagnose. Da die Begeisterung gleich so groß war, wurde beschlossen, am Wochenende des 5./6. Februar 2011 ein Seminar zum Thema abzuhalten.

Bernhard wird dabei nicht nur auf die therapeutisch relevanten Krankheitszeichen im Gesicht eingehen, sondern auch auf die psychologischen und geistigen Merkmale. **So ist es möglich, anstehende Entwicklungsschritte, psychische Blockaden und markante Wesenmerkmale im Gesicht abzulesen.**

Somit ist das Wochenende nicht nur für Therapeuten interessant, sondern für jeden, der andere Menschen gut einschätzen können möchte (z.B. Personalbetreuer, Chefs, usw.). Bei Fragen oder Interesse einfach bei uns melden.

#### (5) In eigener Sache: 2. Nachwuchs steht an

In Bälde erwarten wir die Geburt unseres zweiten Kindes. Wir sind schon sehr gespannt und freuen uns auf dieses große Ereignis.

Aus diesem Grund haben wir uns etwas Freiraum bei der Terminplanung eingeräumt. Es kann sein, dass es zu kurzfristigen Terminverschiebungen kommt oder dass Sie etwas länger auf einen Termin oder Rückruf warten müssen.

Wir sagen jetzt schon Danke für Ihr Verständnis und wünschen Ihnen eine gesunde und entspannte Vor-Weihnachtszeit.

Mit besten Grüßen,

Ihr Heilpraktiker-Team  
Gudrun & Norman Cloos

## (4) Impressum

Dieser kostenlose Gesundheits-Rundbrief wird herausgegeben von

Heilpraktiker Gudrun & Norman Cloos  
Grünseiboldsdorfer Weg 6  
85416 Niederhummel/ Langenbach

**08761/ 7222977**

info@heilpraktiker-cloos.de

<http://www.heilpraktiker-cloos.de>

### **Besuchen Sie unsere Webseiten:**

Heilpraktiker: <http://www.heilpraktiker-cloos.de>

Qi Gong: <http://www.gesundheitstraining-cloos.de>

Osteopathie: <http://www.osteopathie-freising.de>

Sie dürfen jederzeit Inhalte aus dem Rundbrief weiterverwenden unter Angabe der Quelle oder den Rundbrief weiterleiten und danken für Ihre Empfehlung.