

TEENIE-ANGST

VON SOPHIE B.

Als ich Teenager war, schien eine Zahnsperre etwas zu sein, das nur Menschen mit Dracula-Zähnen tragen mussten. Irgendwie sahen die Dinge hässlich und unangenehm aus – ganz zu schweigen von der ewig langen Zeit, die man sie tragen musste, bis die Zähne gerade waren. Aber ironischerweise hatte jeder außer mir eine Zahnsperre, und ich habe irgendwie nicht verstanden, was das bedeutete. Erst als ich eines Tages mit 21 in den Spiegel sah, wurde mir klar, dass ich einen Riesenfehler gemacht hatte.

Eine Zahnsperre ist für Teenager etwas völlig Normales. In Thailand gilt es sogar als schick, eine zu tragen, ob man sie nun braucht oder nicht! Viele Stars haben Zahnsperren getragen, zum Beispiel Tom Cruise oder Estelle, und Cindy Crawford war damit sogar mal in einer Pepsi-Werbung zu sehen.

Es sind die Teenager ohne kieferorthopädische Behandlung, die in der Minderheit zu sein scheinen. Heute sind die Leute einfach offener dafür, das Beste aus sich zu machen: „Gut aussehen, sich gut fühlen“ lautet das allgemeine Mantra. Eine der wichtigsten Voraussetzungen dafür ist wohl ein attraktives Lächeln. Kein Wunder, denn es sagt viel über einen Menschen aus – ein glückliches, gesundes Lächeln steht für Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen.

Die Vorstellung, sich als Teenager einer kieferorthopädischen Behandlung zu unterziehen, kann auch heute noch abschreckend sein. Als hätte man in diesem Alter nicht schon genug mit sich zu tun, muss ausgerechnet noch eine Zahnsperre dazukommen? Doch, denn das ist es wert. Erstens brauchst du dir keine Sorgen zu machen, dass du zum Außenseiter wirst – schließlich tragen ja fast alle deine Freunde eine. Zweitens hat der technologische Fortschritt dafür gesorgt, dass es auch beinahe unsichtbare Zahnsperren gibt und dass die durchschnittliche Behandlung nur noch eineinhalb bis zwei Jahre dauert. Ein kleiner Preis für ein lebenslanges Traumlächeln!



TEENIE-ANGST UND 5 ANTWORTEN AUF 5 HÄUFIGE FRAGEN

Es gibt viele Gründe, sich schon im Teenageralter behandeln zu lassen.

So ist es zum Beispiel die optimale Zeit, um wirklich eindrucksvolle Ergebnisse zu erzielen und eine Verschlimmerung der Fehlstellung mit zunehmendem Alter zu vermeiden. Wer die Behandlung bis ins Erwachsenenalter verschiebt, braucht eben dann eine Zahnspange und möglicherweise auch einen kieferchirurgischen Eingriff. Außerdem: Je früher du mit der Behandlung beginnst, umso eher profitierst du von einem attraktiven Lächeln: Du fühlst dich einfach besser und hast mehr Selbstbewusstsein.

Doch bei einer kieferorthopädischen Behandlung geht es immer um mehr als um ein großartiges Lächeln – nämlich um die Gesundheit. Fehlstellungen des Kiefers und der Zähne können zu Schädigungen an Zähnen und Zahnfleisch führen und damit einem frühen Zahnverlust Vorschub leisten. Eine weitere unangenehme „Nebenwirkung“: Da unregelmäßige Zähne schwerer zu reinigen sind, sammeln sich dort eher Beläge, die Mundgeruch verursachen.

Manchmal wirst du vielleicht das Gefühl haben, dass dich deine Eltern zwingen, eine Zahnspange zu tragen, oder die Spange nervt dich, weil du immer darauf aufpassen musst. Dann solltest du einfach daran denken, dass das Ganze etwas Gutes ist, worauf es sich zu achten lohnt. Und noch etwas: Eine Zahnspange ruiniert dein Leben nicht, sondern macht es zehnmal besser! Also begehe nicht denselben Fehler wie ich und schieb es raus. Wenn du deine Zahnspange erst einmal trägst, wirst du dich fragen, was die ganze Aufregung eigentlich sollte ...

5 EHRliche ANTWORTEN AUF 5 HÄUFIGE FRAGEN

**Werden
meine Freunde
über mich lachen?**

Warum sollte jemand wegen einer Zahnspange ausgelacht oder gemobbt werden?

Heute weiß doch jeder, was sie alles bewirken kann. Außerdem sollte man nicht vergessen, dass eine Zahnspange eine medizinische Behandlung ist – wenn man sich ein Bein bricht und Gips trägt, wird man ja auch nicht ausgelacht. Sollte trotzdem mal jemand blöde Sprüche machen, am besten gleich die Eltern oder einen Lehrer informieren.

**Finde ich jetzt
keinen Freund oder
keine Freundin?**

Quatsch! In diesem Bereich deines Lebens wirst du keinen Unterschied zu vorher feststellen. Dass du eine Zahnspange trägst, zeigt doch nur: Du kümmerst dich um dein Aussehen. Und allein das finden viele schon sehr attraktiv. Außerdem sind Zahnspangen heute so verbreitet, dass dein Freund oder deine Freundin vielleicht auch Brackets trägt ... Mit Invisalign® hast du Glück, denn deine Zahnspange ist fast unsichtbar!

**Kann man mit
einer Zahnspange
überhaupt küssen?**

Ja. Und keine Sorge, nichts verklemmt sich!

**Muss ich meine
Essgewohnheiten
ändern?**

Ja. Als Diabetiker würdest du keine Süßigkeiten essen, weil sie ungünstig für deine Gesundheit wären. Und genau deshalb sollst du als Zahnspangenträger auch Essen vermeiden, das deinen Zähnen oder deiner Spange schaden kann. Wichtig: Wer an einer Essstörung wie Magersucht oder Bulimie leidet, kann erst dann eine Zahnspange tragen, wenn die Störung erfolgreich behandelt wurde.

**Wird Zähneputzen
schwieriger?**

Du musst deine Zähne nach jeder Mahlzeit sorgfältig putzen und den Empfehlungen deines Kieferorthopäden genauestens folgen. Das ist in deinem eigenen Interesse, denn so verhinderst du, dass Speisereste in der Zahnspange hängen bleiben – und vermeidest, dass deine Zähne nach dem Entfernen der Brackets total fleckig sind.