



ZAHNRAT

Naturheilkunde beim Zahnarzt Hypnose, Akupunktur, Homöopathie

Der Begriff „Naturheilverfahren“ unterstellt in seiner Gegenüberstellung zur sogenannten Schulmedizin, daß diese unnatürlich und künstlich sei. Doch auch die wissenschaftlich begründete Medizin hat ihre Wurzeln in den Erfahrungen und dem Wissen un-

serer Vorzeit, die sich als Naturheilkunde versteht. Akupunktur, Hypnose, Homöopathie und andere Heilverfahren werden häufig als „Erfahrungsmedizin“ bezeichnet. Es sind Untersuchungs- und Heilmethoden, die wiederholbare Ergebnisse liefern, also reproduzierbar sind, jedoch zur

lung ersetzen, aber z.B. gegen Schmerzen, Entzündungen, Angst können sie helfen. Schulmedizin und Erfahrungsmedizin stehen nicht im Widerspruch zueinander. Um Sie, unseren Patienten, vor Scharlatanerie und Fehltherapie zu schützen, haben sich die Zahnärzte mit den wichtigsten Methoden auseinandergesetzt. Durch weitere Forschung auf dem Gebiet der Biochemie, Physiologie und in den Zusammenhängen zwischen Psyche und Körper wird man auch hier den wissenschaftlichen Hintergrund schaffen und viele Verfahren der Natur- oder besser Erfahrungsheilkunde in den Kreis der wissenschaftlich begründeten Medizin aufnehmen. In letzter Konsequenz ist immer der Behandler - Ihr Zahnarzt - für die angewandten Untersuchungs- und Heilmethoden verantwortlich. Und Ihr Zahnarzt als Wissenschaftler ist dabei seinem ärztlichen Eid verbunden und wird sich nicht zum Ausführungsgehilfen „moderner Medienpolitik“ machen.

Auch der Zahnarzt wird in seiner Praxis Situationen erleben, in denen die Behandlung mit herkömmlichen „schulzahnmedizinischen“ Mitteln nicht die gewünschten Ergebnisse bringt. Dabei können gerade Methoden der „Erfahrungs-Medizin“ im Einzelfall solche Probleme lösen helfen wie unbestimmte Schmerzen, Unverträglichkeiten gegenüber Medikamenten oder auch extreme Angstzustände und unter Umständen einen langen Leidensweg beenden. Lesen Sie bitte in dieser Ausgabe des ZahnRat, was möglich und was nicht ist mit Naturheilverfahren in der Zahnmedizin. ■

Zeit (noch) nicht durch wissenschaftliche Untersuchungsmethoden erklärt werden können. Sie können trotzdem häufig eine sinnvolle Ergänzung und Erweiterung der konventionellen Behandlungsmethoden der klassischen Medizin sein. Das gilt in bestimmten Bereichen auch für die Zahnmedizin. Natürlich können sie keine Zahnfüll-



Foto: Mischel

Patentzeitung der Zahnärzte in Brandenburg, Mecklenburg-Vorpommern, Sachsen, Sachsen-Anhalt und Thüringen

überreicht durch
Ihren Zahnarzt

Die zahnärztliche Hypnose

Beim Zahnarzt entspannen?

Kennen Sie es: Dieses komische Gefühl in der Magengrube, wenn der nächste Zahnarztbesuch fällig wird? Obwohl es wahrscheinlich das letzte Mal gar nicht so schlimm war, sehen Sie dem nächsten Besuch mit gemischten Gefühlen entgegen? Viele Menschen müssen allen Mut und alle Selbstbeherrschung zusammennehmen, um sich schließlich auf den Behandlungsstuhl zu setzen. Falls es Ihnen auch so geht – man kann dem Zahnarztbesuch den Schrecken nehmen:

Die Anwendung von Hypnose-techniken macht es möglich, daß sich die Patienten während der Zahnbehandlung in einen tiefen Entspannungszustand begeben und sich danach frisch und erholt fühlen. Nicht wenige Patienten gehen nach ihren ersten Erfahrungen mit zahnärztlicher Hypnose richtig gerne zum Zahnarzt, geben sozusagen ihren Mund zur Reparatur ab und beschäftigen sich (während der Zahnarzt

im Mund arbeitet) mit angenehmen inneren Bildern, wie z.B. mit Erinnerungen an den letzten Urlaub. Die Behandlungsatmosphäre ist ruhig und gelöst, Patient und Behandler sind entspannt, und der sonst übliche kräftezehrende „Ringkampf“ entfällt.

Probleme beim Zahnarzt

Es gibt eine ganze Reihe von Menschen, die aus den unterschiedlichsten Gründen ernsthafte, zum Teil scheinbar unüberwindliche Probleme mit dem Zahnarztbesuch haben: ausgeprägte Zahnarztangst, extremer Würgereiz, aber auch allergische Reaktionen auf Mittel zur örtlichen Betäubung (Lokal-anästhetika).

Besonders kann starke Angst vor dem Zahnarzt - oder eher vor Schmerzen bei der Behandlung - einen Zahnarztbesuch zum reinsten Horrortrip für Patient und Behandler werden lassen. Diese übergroße Angst und auch ein

starker Würgereiz verhindern bei einem Teil der Bevölkerung den regelmäßigen Zahnarztbesuch. Was folgt, sind nur gelegentliche, aus Verzweiflung geborene Besuche beim zahnärztlichen Notdienst; allerdings dann mit entsprechend schmerzhaften Erfahrungen. Daraus wiederum folgt eine noch größere Angst.

Diesen Kreislauf können Patient und Zahnarzt mit herkömmlichen Mitteln nur schwer unterbrechen.

Möglicher Ausweg - die Hypnose

Bei einer zahnärztlichen Behandlung in Hypnose erfährt der Patient, daß auf seine speziellen Ängste und Befürchtungen individuell eingegangen wird. Er lernt, sich sogar im angstbesetzten Umfeld der zahnärztlichen Praxis zu entspannen und daß er sich in seiner Phantasie, in seinem Kopf an einem anderen Ort aufhalten kann, während der Zahnarzt in seinem Mund arbeitet. Während der Behandlung nimmt er bewußt nur Angenehmes wahr. Nach der Behandlung bleibt ein angenehm leichtes Gefühl und die schöne Erinnerung an die Träumereien in der Hypnose.

Was ist Hypnose?

Wir verstehen unter Hypnose das Hineinführen eines Menschen in einen nach innen orientierten Konzentrationszustand. Außenreize werden immer unwichtiger; das eigene innere Erleben tritt immer mehr in den Vordergrund. ▶

Durch die Konzentration auf einen Gegenstand (hier der Mundspiegel, andere benutzen auch eine kleine Lampe, Pendel oder ähnliches) sowie mit beruhigender Musik und Stimme wird der Patient in den hypnotischen „Schlaf“ versetzt“

Foto: DGZH



In der Hypnose ist ein Teil des Gehirns überaktiviert: das Zentrum der bildhaften Phantasie und des dreidimensionalen Denkens hinter der rechten Stirn. Deshalb wird Hypnose teilweise als überwachter, teilweise als Schlafzustand empfunden. Der schlafähnliche Zustand, die sogenannte Trance, ist das Kennzeichen einer Hypnose. Sie erlaubt Wahrnehmungen, die vom wachen Erleben abweichen.

Den in der Hypnose erlebten Trancezustand kennen Sie sicher auch. Wir erleben ihn bei konzentrierter Arbeit, bei langer Autofahrt, bei spannender Lektüre oder im Konzert: Durch die Konzentration nach „innen“ vergessen wir Umgebung und Zeit. Plötzlich „wacht man auf“ und fragt sich, wie man über die Kreuzung gekommen ist, wie spät es eigentlich ist, merkt, daß man einen Bärenhunger hat...

Dieser Trancezustand ist also etwas völlig Natürliches. äußere Erschei-



Zahnarzt und Patient während der Hypnose.

nungen des Trancezustandes sind eine ruhige Atmung, entspannte Muskulatur, verlangsamter Puls, Blutdrucksenkung.

Übrigens: In einer verantwortungsvoll geführten Hypnose, wie es die medizinische Hypnose ist, geschieht nichts

Während der Hypnose gibt die Patientin sozusagen ihren Mund ab, um in der Zwischenzeit zum Beispiel vom letzten Strandurlaub zu träumen. Jeder stellt sich dabei etwas anderes Schönes vor - es passiert nichts gegen den Willen des Patienten!



gegen den Willen des Patienten! Er kann äußern, wozu er innerlich bereit ist, und wird nur das tun oder mit sich tun lassen.

Wer kann sich hypnotisieren lassen?

Prinzipiell kann jeder hypnotisiert werden, der dies gerne möchte. Vertrauen in den hypnotherapeutisch arbeitenden Zahnarzt ist nötig, etwas Konzentrationsfähigkeit und bildhafte Phantasie, also die Fähigkeit, sich Situa-

tionen und Dinge vorzustellen. Gerade Menschen mit Angst können das sehr gut - das ist ja ein Grund für ihre Angst.

Wenn also Sie oder jemand aus Ihrem Bekanntenkreis zu den Menschen gehören, die ohne Not nicht zum Zahnarztbesuch zu bewegen sind, könnte der hypnotherapeutisch ausgebildete Zahnarzt ein guter Rettungsanker sein.

Der Zahnarzt hält durch Ansprache oder Musik die Hypnose aufrecht. Fragen des Zahnarztes beantwortet der Patient unbewußt durch Handzeichen. ■

Kinder und Hypnose

Bei Kindern ist eine Hypnose meistens nicht notwendig. Hier einige Tips, um Angst bei Kindern zu vermeiden:

- Kinder so zeitig wie möglich mit dem Hauszahnarzt bekannt machen und die Zähne kontrollieren lassen - beim ersten Besuch sollte auf keinen Fall gebohrt werden müssen!
- Unbedingt Individualprophylaxe nutzen! Fragen Sie Ihren Zahnarzt.
- Zeigen Sie als Eltern selbst keine Angst!

- Schicken Sie den Walkman und die Lieblingskassette mit zum Zahnarztbesuch - der Zahnarzt wird sicher zur Ablenkung das Hören der Musik oder der Geschichte gestatten (soweit es die Behandlung nicht stört).

Unabhängig davon sind Kinder sehr gut hypnotisierbar: sie leben ständig in ihrer eigenen Vorstellungswelt - nichts anderes ist Hypnose. In diesem Fall ist es Selbsthypnose.

Feine Nadelstiche für die Gesundheit

Akupunktur - in China seit 6000 Jahren praktiziert

Was ist Akupunktur?

Die Akupunktur ist ein altes Verfahren der chinesischen Heilkunde. Sie dient sowohl zur Schmerzbekämpfung als auch zur Erkennung und Heilung von Krankheiten. Der Name entwickelte sich aus dem lateinischen Ausdruck „acus pungere“ - übersetzt: „Nadelstechen“.

Eine uralte Methode

Die ersten schriftlichen Aufzeichnungen über die Akupunktur als Bestandteil der chinesischen Medizin stammen aus dem 2. Jh. v. Chr., neuere Grabfunde zeigen jedoch, daß derartige Therapieformen im Reich der Mitte bereits vor 6000 Jahren angewendet wurden. In Europa wurde die Akupunktur erstmals im 17. Jh. bekannt.

Seitdem stand sie vor allem wegen ihrer exotischen Erscheinung immer wieder im Brennpunkt des medizinischen Interesses. Sie ist bis heute aus der Sicht der Schulmedizin keine anerkannte Methode, da ein Zusammenhang zwischen Ursache und Wirkung noch nicht wissenschaftlich nachweisbar ist. Trotzdem ist die Akupunkturtherapie aufgrund der erzielten Erfolge inzwischen aus der medizinischen Praxis nicht mehr wegzudenken.

Ganz offiziell empfiehlt sogar die WHO (Weltgesundheitsorganisation) die Akupunktur zur Behandlung spezieller Erkrankungen.

Die Behandlung

Durch Stiche mit feinen Nadeln an genau festgelegten Punkten der Haut können Störungen im Körperinneren beseitigt oder gelindert werden. Diese Akupunkturpunkte liegen auf Leitlinien, die man als Meridiane bezeichnet. Auch im Mund befinden sich einige der Punkte. In ihnen kreist nach



Foto: Mückel

Körperakupunktur gegen Würgereiz ist offensichtlich nicht unangenehm

altchinesischer Auffassung die sogenannte Lebensenergie mit ihren Anteilen Yin und Yang. Diese beiden lebenserhaltenden Kräfte sind im Körper gleichzeitig, jedoch als Gegenpole wirksam. Ihr völliges Gleichgewicht im Organismus stellt den idealen Gesundheitszustand dar. Ein Ungleichgewicht führt auf Dauer zur Krankheit.

Viele Menschen erschrecken bei dem Gedanken, daß Nadeln in sie eingestochen werden sollen. Die meisten Akupunkteure verwenden aber sehr feine Nadeln, daher ist eine Akupunkturbehandlung fast schmerzfrei. Der Einstich einer Akupunkturnadel ist viel schwächer als beispielsweise der einer Spritze.

Die Akupunktur in der Zahnmedizin

In der Zahnmedizin ist die Ohrakupunktur besonders verbreitet. Der französische Arzt Dr. Paul Nogier entdeckte und entwickelte vor etwa 40 Jahren die

Ohrakupunktur. Danach bildet die Oberfläche des Ohres eine Reflexzone, auf der alle Organe des Körpers abgebildet sind.

Die Untersuchung der Ohrreflexzonen erlaubt eine genaue Aussage darüber, welche Organe des Körpers bei unklaren Schmerzen betroffen sind. Außerdem kann man weitere Störungen im Körper ausfindig machen, die einen Heilungsprozess verzögern oder sogar ganz verhindern können.

Untersuchungsmethode

Die Untersuchung am Ohr kann u.a. durch Messung von Spannungsdifferenzen an der Ohroberfläche erfolgen. Die Ohrmuschel ist sozusagen ein körpereigenes Diagnosezentrum, weil die Korrespondenzpunkte von Körperteilen und Organen am Ohr nur dann erscheinen, wenn am fraglichen Organ eine Störung vorliegt. Ist also auf der Ohrmuschel der Leberpunkt elektrisch verändert, dann bedeutet dies eine Störung im Bereich der Leber. ▶

Therapie

Die notwendigen Punkte am Ohr werden durch Stechen von Nadeln behandelt. Alle Reize, die durch Ohrakupunktur ausgelöst werden, gelangen über das Zwischenhirn zu den zugehörigen Körperteilen, die diese Kommandos, eben weil sie vom Gehirn kommen, befolgen. Die Akupunktur bedient sich also stets der Steuerzentrale des Menschen, des Gehirns.

Gegen Würgereiz und Schmerzen

Behandelt werden können durch Akupunktur sowohl akute Erkrankungen (wie entzündliche Kieferklemme - Behinderung der Mundöffnung - schmerzhafter Durchbruch des Weisheitszahnes, Schmerzen nach einer Operation, allergischer Schnupfen) als auch chronische Erkrankungen (wie chronischer Kopf- und Gesichtsschmerz, Migräne, chronische Kieferhöhlenentzündung und andere mehr). Auch bei anderen chronischen Erkrankungen, wie beispielsweise Tinnitus (Ohrgeräuschen), oder auch

Rückenbeschwerden kann die Akupunktur Linderung verschaffen.

Beim Zahnarzt leiden auch viele Menschen unter einem starken Würgereiz. Das kann für Patienten und Zahnarzt sehr schwierig sein und eine Behandlung zur Belastung machen. Auch hier kann eine kleine Nadel helfen. (Foto - linke Seite)

Erfolgsaussichten und Grenzen

Viele Patienten empfinden nach der Akupunktur sofort Erleichterung, andere wiederum benötigen etwas mehr Zeit. Es gibt Patienten, die so etwas wie eine schwebende Leichtigkeit nach einer Behandlung bemerken; fast alle fühlen sich danach sehr entspannt.

Nicht behandelt werden können selbstverständlich zerstörte Strukturen wie z.B. kariöse Zähne. So wenig die Akupunktur Gallen- und Nierensteine auflösen kann, sowenig vermag sie Knochenbrüche zu heilen. Nach einer Operation kann sie jedoch die Schmerzen lindern oder vermeiden und den Heilungsverlauf fördern.

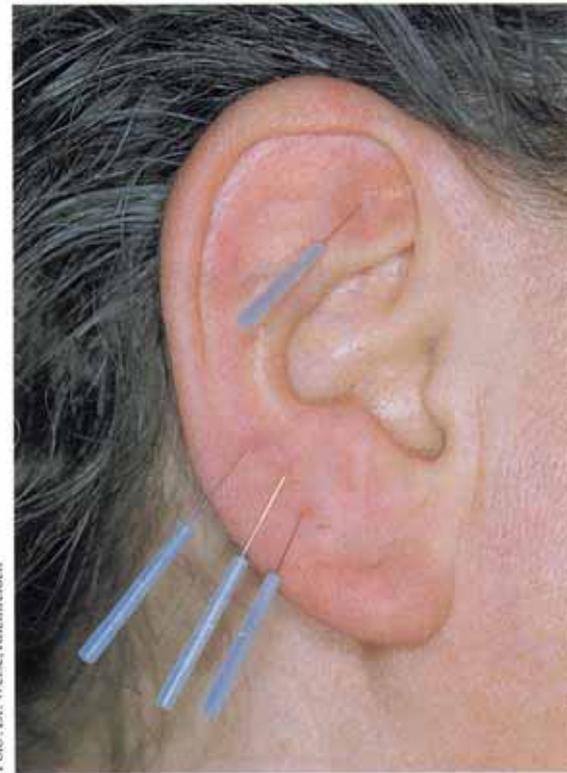


Foto: Dr. Weise, Rheinfelden

Ohrakupunktur bei Zahnschmerzen.

Sowohl die Ohr- als auch die Körperakupunktur ist eine wirkungsvolle Behandlungsform, die keine Risiken und Nebenwirkungen hat. Sie sollte jedoch ausschließlich in Verbindung mit einer klinischen Diagnostik, wie sie nur der (Zahn)-Arzt vornehmen kann, erfolgen. Vom ausgebildeten Arzt angewandt, hilft die Akupunktur Schmerzen und funktionelle Störungen des Körpers zu lindern oder zu beseitigen. Allerdings ist die Akupunktur kein Wundermittel!

Die Akupunktur ist eine sinnvolle Ergänzung zur ärztlich / zahnärztlichen Therapie und kann oftmals helfen, wo es keine konventionellen schulmedizinischen Mittel gibt. ■



Foto: Dr. med. dent. Birgit Gluzenti, TU Berlin

Körperakupunktur bei einer chronischen Kieferhöhlenentzündung.

Impressum

Herausgeber

Landes Zahnärztekammer Brandenburg
Zahnärztekammer Mecklenburg-Vorpommern
Landes Zahnärztekammer Sachsen
Zahnärztekammer Sachsen-Anhalt
Landes Zahnärztekammer Thüringen

Verlag

Satztechnik Meißen GmbH
Am Sand 1c, 01665 Nieschütz

Verantwortlich für den Inhalt

Dr. Eberhard Steglich, Dr. Thomas Breyer

Redaktion

Jana Zadow
Tel. 0355/3814815 · Fax 0355/3814848
Fritjof Möckel
Tel. 0351/8041257 · Fax 0351/8041257

Gesamtherstellung, Druck, Versand

Satztechnik Meißen GmbH

Die Patientenzeitung und alle in ihr enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt.

© Copyright by Landes Zahnärztekammer Sachsen
Satztechnik Meißen GmbH

Nachbestellungen beim Verlag:
Tel. 035 25/71 86 30, Fax 035 25/71 86 11

Gleiches mit Gleichem heilen

An der Homöopathie scheiden sich die Geister



Foto: Zandow

In den Apotheken gibt es zahlreiche homöopathische Mittel - auch frei verkäufliche. Eine Beratung mit dem Zahnarzt oder dem Apotheker sollte auf jeden Fall erfolgen.

Die Homöopathie ist ein von dem deutschen Arzt Samuel Hahnemann begründetes Heilverfahren. Es beruht auf der Ähnlichkeitsregel (Simileprinzip). Diese Regel besagt, daß Arzneimittel, die beim Gesunden in hohen (vergiftenden) Gaben bestimmte Symptome erzeugen, in Verdünnung ein diesen Erscheinungen ähnliches Krankheitsbild heilen.

Verdünt wird im allgemeinen nach dem Dezimalsystem, also 1:10, 1:100 usw. Tinkturen werden mit Alkohol verschüttelt, nicht lösliche Stoffe mit Milchzucker verrieben. Die Ausgangsstoffe heißen Urtinkturen oder Essenzen, die Verdünnungen Potenzen.

Was unterscheidet Homöopathie von Medizin?

Im Gegensatz zur Allopathie, wozu auch die wissenschaftlich begründete Schulmedizin gehört, konzentriert sich die Homöopathie nicht auf die Bekämpfung einzelner Symptome. Denn diese sind nichts anderes als natürliche Äußerungen des menschlichen Körpers in der Auseinandersetzung mit Störfaktoren, die auf eine selbsttätige Abwehrreaktion

des Körpers hinweisen. So ist für Homöopathen eine erhöhte Körpertemperatur (Fieber) nichts anderes als eine Abwehrreaktion des menschlichen Organismus mit dem Ziel der Keimabtötung.

Ein weiterer Grundsatz der Homöopathie besteht in der „Individualisierung“ der Krankheit. Das soll heißen, daß nicht ein Symptom allein das anzuwendende Mittel bestimmt, sondern die weiteren Begleitumstände ebenso wie eine spezielle individuelle homöopathische Konstitution. Die homöopathischen Konstitutionstypen (auch Reaktionstypen) erkennt man an ihrem Äußeren, ihrem Verhalten, den Absonderungen, ihrer Anfälligkeit und ihren Krankheiten.

Wie wirken homöopathische Mittel in der Praxis?

Exakte Erklärungen im Sinne der klassischen Naturwissenschaften gibt es bislang nicht. Einer Theorie zufolge wird beim Verschütteln die Information bzw. Struktur des Arzneimittels auf die Trägersubstanz (Alkohol oder Milchzucker) übertragen und gespeichert. Aber nur, wenn die Struktur des Arzneimittels, die der Krankheit und der Reaktionstyp zu-

einander passen, kann der Körper die Information erkennen und Eigenmechanismen aktivieren.

Dabei soll das Arzneimittel nicht Symptome unterdrücken, also gegensätzlich eingreifen, sondern regulatorisch und heilungsfördernd. Die dabei ablaufenden biochemischen und physiologischen Prozesse sind mit den derzeitigen Untersuchungsmethoden nicht nachweisbar. Es gibt nach wie vor in der klassischen Medizin erbitterte Gegner der Homöopathie, die sagen, daß so stark verdünnte Mittel gar nicht wirken können. Andererseits gibt es auch überzeugte Anhänger, die auf die Wirkung schwören. In Deutschland laufen umfangreiche Untersuchungen namhafter Forschungsinstitute, die Wirkmechanismen aufspüren und eine Wirksamkeit objektiv überprüfen wollen.

Wann sind homöopathische Mittel sinnvoll?

Zahnärzte verwenden homöopathische Mittel vor allem bei der prophylaktischen und ergänzenden Behandlung von Kreislaufkomplikationen, bei Ent-

zündungen und Infektionen sowie zur sogenannten Konstitutionstherapie. In der Konstitutionstherapie werden Angstzustände im Zusammenhang mit Zahnarztbesuchen behandelt.

Neben diesen genannten Therapiebereichen gibt es eine ganze Reihe weiterer Einsatzgebiete für homöopathische Mittel, wie z.B. empfindliche Zahnhäule und Reizungen des Zahnmarks (Pulpa, Nerv und Blutgefäße im Zahn).

Kann Homöopathie die Schulmedizin ersetzen?

In wirtschaftlich und sozial unruhigen Zeiten mehren sich die Stimmen von „Gurus“ und „Hexenmeistern“, um aus der Angst der Menschen Kapital zu schlagen. Solche Zeitgenossen versuchen sich manchmal auch an der Homöopathie. Sie stehen jedoch im Gegensatz zu vielen seriösen Heilpraktikern, Ärzten und Zahnärzten, deren Bemühen in der Erforschung und Erklärung der Phänomene mündet. Denn die heutige Schulmedizin hat ihre Wurzeln in der sogenannten Naturheilkunde. Sie ist durch ihre wissenschaftlich fundierte Basis aus unserem Leben nicht mehr wegzudenken.

Die Homöopathie kann schon heute eine sinnvolle Ergänzung der therapeutischen Bandbreite sein, dies setzt jedoch eine gewissenhafte und ver-

antwortungsvolle Anwendung voraus. Mit zunehmender Erforschung ihrer Geheimnisse durch die moderne Wissenschaft wird sich die Homöopathie möglicherweise irgendwann als ein Teilgebiet in die Schulmedizin einreihen.

Keine Allheilmittel

Hypnose, Akupunktur oder Homöopathie sind keine Allheilmittel. Sie stellen jeweils eine von mehreren Möglichkeiten dar, in der modernen Zahnheilkunde spezielle Probleme zu lösen. Nur Ihr Zahnarzt kann letztendlich im vertrauensvollen Gespräch mit Ihnen entscheiden, welche Therapie die richtige für Sie oder Ihr Kind ist! Haben Sie Vertrauen und sprechen Sie mit Ihrem Zahnarzt, auch über die Kosten – die meisten gesetzlichen Krankenkassen zahlen die Naturheilmethoden nicht.

Patientenberatungsstellen

Die Zahnärztekammern haben in den vergangenen Jahren Patientenberatungsstellen eingerichtet. Hier können Sie sich bei Fachkräften über die verschiedensten Behandlungsmethoden informieren oder vor einer größeren Behandlung zusätzlichen Rat holen.

Wo und wann Sie eine Patientenberatungsstelle erreichen, erfahren Sie unter folgenden Adressen:

**Landes Zahnärztekammer
Brandenburg**
Parzellenstraße 94
03046 Cottbus
Telefon (0355) 3 81 48-0
www.pro-net.de/zahn

**Zahnärztekammer
Mecklenburg-Vorpommern**
Wismarsche Straße 304
19055 Schwerin
Telefon (0385) 50 108-0

**Landes Zahnärztekammer
Sachsen**
Bautzner Str. 116
01099 Dresden
Telefon (0351) 804 44 37

**Zahnärztekammer
Sachsen-Anhalt**
Große Diesdorfer Straße 162
39110 Magdeburg
Telefon (0391) 7 30 30-0

**Landes Zahnärztekammer
Thüringen**
Mittelhäuser Straße 76-79
99098 Erfurt
Telefon (0361) 74 32-0

Viele Pflanzen enthalten Wirkstoffe, die der Herstellung von Arzneimitteln dienen - nicht nur in der Homöopathie



Ringelblume



Kapuzinerkresse



Kräutergarten