

Herrmann und Kollegen

Das Patientenmagazin aus unserer Praxis



AUSGABE
1
2019

Liebe Patienten,

ich freue mich, Ihnen die erste Ausgabe unserer neuen Praxiszeitung vorstellen zu können. Zweimal pro Jahr möchten wir Sie zukünftig über Neues aus unserer Praxis informieren und Ihnen gleichzeitig ganz viel Wissenswertes rund um das Thema schöne und gesunde Zähne näherbringen. Denn schon Charlie Chaplin wusste: „Jeder Tag ohne Lächeln ist ein verlorener Tag!“

Ihr

Jörg Herrmann

Ein Team für Ihr gesundes Lächeln

Rundum schöne und gesunde Zähne: Mit weniger geben wir uns nicht zufrieden – und das bereits in der zweiten Generation. Seit über 45 Jahren setzen wir generationsübergreifend auf Tradition und Innovation. Mit dieser Allianz stehen wir für eine anspruchsvolle Zahnmedizin, die sich konsequent in Richtung Zukunft weiterentwickelt.

Ganz im Sinne unserer Patienten bündeln wir unsere Kompetenzen, um jederzeit das Optimum moderner Zahnmedizin sowie eine medizinische Versorgung nach den neuesten Erkenntnissen von Technik und Wissenschaft zu bieten.

Zahngesundheit aus Tradition

Seit mehr als 45 Jahren geht es uns nicht um Reparaturarbeiten, sondern um gesunde und schöne Zähne. Besonders wichtig ist uns, immer die optimale Lösung für jeden einzelnen Patienten zu finden. Und um dies in den vielfältigen Bereichen der Zahnheilkunde zu gewährleisten, braucht es das Know-how und die Erfahrung von Spezialisten. Bei uns sichern unter einem Dach fünf erfahrene Zahnärzte, hervorragend ausgebildete Fachassistentinnen, eine moderne Abteilung für Dentalhygiene und ein eigenes Dentallabor eine zeitgemäße Zahnmedizin mit besten Behandlungsergebnissen.

Qualität in allen Facetten

Qualität bedeutet für uns auch, dass Patienten gerne zu uns in die Praxis kommen, sich wohlfühlen und rundum bestens betreut wissen. Eine persönliche und freundliche Atmosphäre in einem entspannten Ambiente, das den Aufenthalt vor und während der Behandlung so angenehm wie möglich macht, und ein Team, das sich jederzeit kompetent für die Zahngesundheit engagiert, tragen einen ganz wesentlichen Teil dazu bei. Wenn unsere Patienten zufrieden nach Hause gehen, haben wir alle gute Arbeit für ihr Lächeln geleistet: spezialisierte Zahnärzte, motivierte Fachkräfte und erfahrene Zahntechniker – ein eingespieltes und erfahrenes Team, das sein umfangreiches Fachwissen mit Leidenschaft einsetzt, um immer höchste Qualität in der zahnmedizinischen und zahntechnischen Versorgung sicherzustellen. ●



Die stille Infektion

Parodontitis – die unbemerkte Volkskrankheit: Millionen Menschen sind betroffen, doch viele wissen es gar nicht. Denn die Entzündung des Zahnhalteapparates ist eine stille Erkrankung. Und genau das macht sie so gefährlich – für die Zähne und für die Gesundheit.

Die Parodontitis ist ein ziemlich hinterhältiger Zeitgenosse: Anfänglich versteckt sie sich hinter einem vermeintlich harmlosen Zahnfleischproblem – ihr wahres Gesicht zeigt sie oft erst, wenn es schon fast zu spät ist. Denn das Trügerische an dieser Entzündung des Zahnbettes ist, dass sie in vielen Fällen nicht mit Schmerzen verbunden ist. Darum merken die meisten Patienten lange nichts davon und die Erkrankung kann in aller Ruhe immer weiter fortschreiten. Und das kann wortwörtlich fundamentale Folgen haben: Wird die Entzündung nicht rechtzeitig behandelt, wandert sie nämlich vom Zahnfleisch in den Kieferknochen und beginnt langsam, aber sicher, diesen anzugreifen und zu zerstören. Am Ende lockern sich die Zähne und fallen im schlimmsten Fall aus. Tatsache ist, dass heute mehr Menschen Zähne durch

Parodontitis als durch Karies verlieren. Und nicht nur das: Bei fortschreitendem Knochenabbau verliert auch Zahnersatz – insbesondere Implantate – den sicheren Halt, weil das tragende Fundament zu instabil wird.

Eine Parodontitis setzt aber nicht nur Zähne und Zahnfleisch, sondern dem gesamten Organismus mächtig zu. Bei einer fortgeschrittenen Entzündung am Zahnbett entspricht die potenzielle Wundfläche im Mund in etwa der Größe eines Handtellers. Von dort aus gelangen die entzündungsverursachenden Bakterien in den Blutkreislauf und verteilen sich im Körper – und können dort bleibende Schäden anrichten. Schon lange ist eine Wechselwirkung bei Diabetikern bekannt. Menschen mit Parodontitis haben zudem ein dop-

pelt so hohes Risiko für einen Herzinfarkt oder Schlaganfall und Schwangere mit einer chronischen Erkrankung des Zahnhalteapparats haben drei- bis 7,5-mal öfter eine Frühgeburt als Frauen mit gesundem Zahnfleisch. Diesen düsteren Szenarien können wir aber in der Regel mit gezielten Präventionsmaßnahmen, modernen diagnostischen Verfahren und frühzeitiger Behandlung erfolgreich vorbeugen. ●



In besten Händen

Das Zahnfleisch ist das Fundament für ein rundum gesundes Lächeln und darum gehen wir keine Kompromisse ein, um unsere Therapie auf dem neusten Stand zu halten: In einem berufsbegleitenden Studium hat Jörg Herrmann, unser Spezialist für Parodontologie, sein Know-how weiter vertieft und seine Kenntnisse um neue, innovative Verfahren erweitert – und 2016 den Titel „Master of Science Parodontologie“ erworben. ●

Ein lebenslanger Pflegefall

Ein ständiger Begleiter: Da die Parodontitis eine chronische Erkrankung ist, erfordert sie eine absolut konsequente und individuelle Nachsorge- und Erhaltungstherapie – und zwar ein Leben lang. Darum haben wir die Unterstützende Parodontitisbehandlung (UPT) fest in unser nachhaltiges Erhaltungstherapiekonzept integriert.

Im Rahmen der UPT werden nicht nur die Zähne, sondern insbesondere das Zahnfleisch und die Zahnfleischtaschen in regelmäßigen Abständen kontrolliert und professionell gereinigt. So verhindern wir nachweislich, dass sich die krankmachenden Bakterien wieder vermehren und die Entzündung erneut ausgelöst wird.



© racorn – 123rf.com

Die zwei Gesichter einer Erkrankung

Eine Gingivitis, also eine Zahnfleischentzündung, kann sich unbehandelt zu einer Parodontitis ausweiten – und die zeigt oft erst im fortgeschrittenen Stadium ihr hässliches Gesicht.

Eine Gingivitis blickt meist noch recht unschuldig aus dem Mund: Die Zahnfleischentzündung macht sich oft nur durch Mundgeruch und leichtes Zahnfleischbluten beim Zähneputzen bemerkbar. Die gute Nachricht: Rechtzeitig erkannt, ist eine Gingivitis meist gut zu

behandeln und hinterlässt die Zähne in der Regel unbeschadet. Bleibt sie allerdings unentdeckt, kann sie sich zu einer Parodontitis auswachsen. Und auch wenn die lange schmerzfrei bleibt, ist mit ihr absolut nicht zu spaßen: Erkennen lässt sich diese fatale Erkrankung

des Zahnhalteapparates am prägnanten Rückgang des Zahnfleisches – die Zähne wirken unnatürlich lang. Leiten wir nicht frühzeitig Gegenmaßnahmen ein, zeigt die Parodontitis ihr wahres Gesicht: Die Zähne lockern sich immer mehr und können sogar ausfallen. In den halbjährlichen Kontrollterminen erkennen wir Anzeichen der Erkrankung – und sorgen mit gezielter Behandlung dafür, dass unsere Patienten wieder strahlen. ●

ZFA wanted!

Sie suchen eine neue Herausforderung als ZFA in Vollzeit in einer modernen Zahnarztpraxis, die mit außergewöhnlichem Ambiente und kollegialem Miteinander punkten kann? Prima, dann sind Sie bei uns genau richtig: Wir bieten Ihnen einen sicheren Arbeitsplatz und eine Aufgabe mit viel Raum zur persönlichen und fachlichen Entfaltung. Weitere Informationen finden Sie auf unserer Facebookseite und auf unserer Website unter: www.za-teck.de/zahnarzt-kirchheim/jobs.html. ●



© Anton Estrada – 123rf.com

Parodontitisbakterien aushungern

Keine Raubtierfütterung im Mund: Die richtige Ernährung kann Parodontitisbakterien den Nährboden entziehen.

Bei einer Parodontitis tummeln sich Bakterien im Mund, die sich in einer entzündungsfördernden Umgebung vermehren. Diesem Prozess können Patienten entgegenwirken: Zusätzlich zur zahnärztlichen Behandlung setzt eine entzündungshemmende Ernährung die kleinen Raubtiere

auf Diät. Zwei bis drei Portionen Obst und Gemüse täglich decken den Bedarf an Vitamin C, das wichtig für das Abwehrsystem und die Gewebeerneuerung ist. Um den Blutzuckerspiegel und damit die Entzündungswerte zu senken, können bewusste Esser auf einfache Kohlenhydrate wie Zucker oder Weißmehlprodukte verzichten. Fisch und Nüsse liefern wertvolle ungesättigte Fettsäuren, die dabei helfen, Gewebeschädigungen zu stoppen. ●



© Wavebreak Media – 123rf.com

Unser starkes Team für Ihr Lächeln

Bei uns finden unsere Patienten das unschlagbare Gesamtpaket: Praxis, Zahntechniklabor, Prophylaxestudio – und dazu ein sympathisches und gut ausgebildetes Team, das die Gesundheit ihrer Zähne im Blick hat.

Patienten finden in unserer Praxis Kompetenz auf ganzer Linie – egal, ob es sich um die Behandler, das Mitarbeiterteam oder den Service handelt. An oberster Stelle steht für uns, unseren Patienten ein gutes Gefühl zu geben, damit sie nicht nur mit gesunden Zähnen, sondern auch gleich mit einem Lächeln auf den Lippen wieder nach Hause gehen.

Gerne möchten wir die Gelegenheit nutzen, um uns unseren Patienten vorzustellen – damit sie ganz genau wissen, wer sich in Zukunft um ihre Zahngesundheit kümmert. Den Anfang machen die Zahnärzte – unsere behandelnden Spezialisten, wenn es um Parodontolo-

gie, Implantologie, Endodontie und ästhetische Zahnlösungen geht. Als Team arbeiten sie Hand in Hand, um dem Patienten das strahlende Lächeln zu schenken, das er verdient hat. Außerdem stellt sich unser Prophylaxeteam vor – denn gesunde Zähne benötigen eine frühzeitige und umfassende Vorsorge. In unserer Praxis sind dafür unsere speziell ausgebildeten Dentalhygienikerinnen zuständig, die mit individuellen Konzepten den Grundstein für Zähne legen, die ein Leben lang halten sollen. Sie führen individuell und fallorientiert die Dentalhygiene bei unseren Patienten durch und sind die Ansprechpartnerinnen bei Fragen rund um die richtige Zahnpflege zu Hause. ●

Im F
Geb
Komp



Jörg Herrmann M. Sc.

Zahnarzt

Parodontologie, Implantologie,
Vollkeramischer Zahnersatz

„Sprechen, essen, lachen – mit gesunden und geraden Zähnen kann ich den Patienten ein Stück Lebensqualität wiedergeben.“



Kevin Seeber

Zahnarzt

Mikroskopische Wurzelkanalbehandlung,
Ästhetische Zahnerhaltung

„Die natürlichen Zähne erhalten – dem widme ich mich mit großer Freude. Nichts hält besser als die eigene Zahnschmelze.“



Dr. med. dent.
Britta Dietz

Zahnärztin

Kosmetisch-ästhetische Zahnmedizin,
Implantologie

„Rundum schöne Zähne – rundum glückliche Patienten. Mit weniger gebe ich mich nicht zufrieden.“



Dr. Sebastian August
M. Sc.

Zahnarzt

Parodontologie, Implantattherapie

„Die moderne Zahnheilkunde verbindet Innovation und Tradition – genau das setze ich zum Wohl unserer Patienten um.“



Sebastian Hagmann

Assistenz Zahnarzt

Ästhetische rekonstruktive Zahnheilkunde,
Minimalinvasive Zahnerhaltung

„Kein Patient muss sich für seine Zähne schämen – ich Sorge dafür, dass unsere Patienten wieder unbeschwert lächeln.“



© Wavebreak Media Ltd. - 123rf.com

Top in puncto Prophylaxe

Dentalhygiene auf höchstem Niveau – nicht weniger als das ist unser Anspruch. Und um diesem gerecht zu werden, steht unseren Patienten ein hochqualifiziertes Team in unserer Praxis zur Verfügung, das auch den Patienten einbezieht. Denn zur individuellen Vorsorge gehört für uns neben der Professionellen Zahnreinigung auch, dass wir Patienten erklären, wie sie zu Hause reinigen und pflegen können. Auch unsere Prophylaxefachkräfte und Patienten bilden somit ein starkes Team.



Heike Berner-Anderl
**Zahnmedizinische Fach-
angestellte mit Schwerpunkt
Prophylaxe**

„Das Wichtigste für mich ist, dass unsere Patienten die Praxis mit einem Lächeln verlassen. Und mit sauberen Zähnen lässt es sich gleich viel leichter lächeln.“



Anika Mayr
**Zahnmedizinische
Prophylaxeassistentin**

„Jeder Patient ist anders – genauso wie seine Zähne. Deshalb nehme ich mir die Zeit, jede Prophylaxebehandlung individuell auf seine Bedürfnisse abzustimmen.“



Doreen Remer
**Zahnmedizinische
Prophylaxeassistentin**

„Ob jung oder alt: Mit einer umfassenden Prophylaxe legen wir den Grundstein für saubere und gesunde Zähne.“



Zahnarztpraxis
Herrmann und Kollegen



© visivasnc – 123rf.com

Vorreiter in Sachen Parodontitisdiagnostik

In der Therapie einer Zahnfleischentzündung ist der Patient unser wertvollster Mitarbeiter. Für eine optimale Nachsorge braucht er allerdings verständlich aufbereitete Informationen zum Krankheitsbild und zu den Therapiemöglichkeiten. Und genau das liefert unsere neueste Software.

Es heißt, dass eine Zahnbetterkrankung (Parodontitis) nicht heilbar sei. Wie kann mein Zahnarzt mir denn dann überhaupt helfen?

Der Zahnarzt sorgt mit einer Behandlung dafür, dass die schadenbringenden Bakterien auf ein Minimum reduziert werden und sich das Zahnfleisch regenerieren kann. Doch es stimmt: Parodontitis ist eine chronische Krankheit, die kontinuierlicher Nachsorge bedarf. Das meiste kann der Patient zu Hause erledigen. Im besten Fall stellen wir nur noch den Erfolg der häuslichen Nachsorge im Rahmen unserer Unterstützenden Parodontistherapie (UPT) fest, können aber immer eingreifen, falls die Entzündung wieder ihre aggressiven Kräfte entfaltet.

Woher weiß der Patient, was zu tun ist?

Natürlich von uns. Patienteninformation hat bei uns höchste Priorität. Wir nehmen

uns ausgiebig Zeit, um dem Patienten zu erklären, was sein Problem ist und wie er ihm begegnen kann. Nur: Worte sind nie so aussagekräftig und nachhaltig wie Visualisierungen. Darum setzen wir auf eine neue Diagnostiksoftware, die den individuellen Zahnfleischbefund überaus anschaulich in Diagrammen und Grafiken aufbereitet. So kann der Patient unsere Handlungsempfehlungen noch besser verstehen und umsetzen. Als zusätzliche Hilfestellung bekommt der Patient seinen individuellen Zahnfleischbefund als Ausdruck mit nach Hause.

Die neue Software ist also eine Unterstützung für den Patienten.

Ja. Aber sie bietet auch uns neue Möglichkeiten: Eine Prophylaxeassistentin kann zum Beispiel im Rahmen einer Professionellen Zahnreinigung via Headset und Sprachsoftware eine Zahntaschenmessung durchführen und dokumen-

tieren, ohne dass eine zweite Person anwesend sein muss.

Ist das nicht fehleranfällig?

Nein, die Fehlerquote wird sogar minimiert. Eine Software macht keine Flüchtigkeitsfehler in der Dokumentation. Und nennt der Behandler aus Versehen zweimal hintereinander den gleichen Zahn, obwohl er einen anderen meint, reagiert das System mit einer Fehlermeldung. ●

Expertinnen für die Vorsorge

Einer der wichtigsten Grundpfeiler moderner Zahnheilkunde ist die Vermeidung von Schäden an Zähnen und Zahnfleisch. Der Schlüssel dafür sind anspruchsvolle, auf den Patienten abgestimmte Behandlungskonzepte – und besonders qualifizierte Fachkräfte setzen diese bei uns in die Tat um: Zuständig für Prophylaxe und Prävention sind unsere Prophylaxe-Spezialistinnen. Mit

Gut zu wissen: Wer zahlt was

Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen halbjährlich die Kosten für die allgemeine Kontrolluntersuchung beim Zahnarzt und eine Zahnsteinentfernung pro Jahr. Zudem ist der Parodontale Screening Index (PSI), bei dem mit einer Spezialsonde die Tiefe der Zahnfleischtaschen gemessen wird, als Früherkennungs-

Untersuchung alle zwei Jahre Kas-senleistung. Nicht übernommen wird hingegen die „Unterstützende Parodontistherapie“ (UPT) – diese muss in den meisten Fällen selbst gezahlt werden. Da aber gerade die Nachsorge entscheidend ist für den Erfolg der Behandlung, lohnt sich die Investition auf jeden Fall.

© stockyimages – 123rf.com



© Fabio Formaggio – 123rf.com

Erste Flirts mit den zweiten Zähnen

Die Eltern sind peinlich, die Schule nervt – und dann auch noch kaputte Zähne? Das Leben von Teenagern ist kompliziert genug. Gut, dass sich mit der richtigen Zahnpflege zusätzlicher Stress vermeiden lässt.

In der Pubertät ist vieles noch im Umbruch, doch eine Veränderung ist bereits abgeschlossen: Das Milchgebiss ist der zweiten Garnitur gewichen – und mit den Zähnen bleiben auch alle Schäden, die sie ab sofort nehmen. Gefahren gibt es genug: Nicht nur für die Strand-

figur sind Fastfood, Softdrinks und Süßigkeiten Gift – sie sind auch der ideale Nährboden für Karies. Selbst vermeintlich gesunde Getränke wie Smoothies sind mit Vorsicht zu genießen: Die Säure und der Zucker im Obstsaft greifen den Zahnschmelz an. Auch Piercings und Zahn-

schmuck können die Zähne beschädigen. Zudem kämpfen Zahnpangenträger mit Speiseresten zwischen den Brackets, die Bakterien magisch anziehen. Zum Glück ist die halbjährliche Individualprophylaxe in unserer Praxis bis zum 18. Lebensjahr eine Kassenleistung. Zusammen mit der täglichen Zahnpflege legen wir mit der richtigen Vorsorge den Grundstein für ein hinreißendes Lächeln – und damit für die ersten Flirts. ●

individuellen Vorsorge- und Nachsorgemaßnahmen wie der Professionellen Zahnreinigung (PZR) und der Aufklärung zum Thema Mund- und Zahnhygiene legen wir den Grundstein für den langfristigen Erhalt von Zähnen und Implantaten. Das Team rund um Dana Reichardt, Dentalhygienikerin (DH) mit Bachelor-Studium Dentalhygiene und Präventionsmanagement, ist gerne für Sie da. ●



Gut gelernt ist besser geputzt

Das A und O für die Zahngesundheit: In der Zahnputzschule lernen die Kleinsten, wie ihre Zähnchen richtig sauber werden.

Sobald der erste kleine Milchzahn zu sehen ist, sollte es zur täglichen Routine gehören: das Zähneputzen. Eine wichtige Aufgabe, welche die Kinder schließlich selbst übernehmen. Doch auch Zähneputzen will gelernt sein. Und darum zeigen in unserer Zahnputzschule echte

Profis, wie es richtig geht: Auf dem Lehrplan stehen der Umgang mit der Zahnbürste und die optimale Putztechnik. Darüber hinaus zeigen wir die Handhabung von Zahnseide und geben Tipps und Tricks rund um die Zahngesundheit. So lernen die kleinen Mundhöhlenforscher nicht nur auf spielerische Weise, wie wichtig gesunde Zähne und die Zahnpflege sind, sondern sie machen auch gleich ihre ersten positiven Erfahrungen mit einer Zahnarztpraxis. ●





Zahnarztpraxis
Herrmann und Kollegen



Ein müdes Lächeln

Als Experte für zahnärztliche Schlafmedizin ist Jörg Herrmann auf die Schnarchtherapie spezialisiert. Denn die nächtliche Ruhestörung kann gravierende Folgen für die Gesundheit haben.

Lange wurde Schnarchen nur als lästiges Übel für den Partner abgetan – heute weiß man, dass durchsagte Nächte eine Gesundheitsgefährdung sein können. Ursache für das berüchtigte Geräusch ist die Vibration der Weichteile im Rachenraum: Im Schlaf erschlafft die Rachenmuskulatur und gerät in Schwingung. Zudem sinken Zunge und Unterkiefer zurück, wodurch sich die Atemwege verengen und das Luftholen erschwert wird. Durch diese latente Sauerstoffunterversorgung haben Schnarcher meist keinen erholsamen Schlaf. Ist die Atmung so stark eingeschränkt, dass es immer wieder zu Aussetzern oder längeren Unterbrechungen kommt, spricht der Fachmann von einer Schlafapnoe. Und die hat nicht zu unterschätzende Folgen: Tagesmüdigkeit und Leistungseinbußen sind typische Auswirkungen – aber auch

das Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko steigt, wenn der Körper nachts nicht zur Ruhe kommt.

Für die Behandlung von Schnarchern gibt es unterschiedliche Hilfsmittel und Möglichkeiten. Doch vor jeder Therapie steht die exakte Diagnose: Mit moderner Technik kann unser Fachmann für die zahnärztliche Schlafmedizin ermitteln, ob das nächtliche Konzert eher harmlos ist oder möglicherweise mehr dahinter steckt. Für Abhilfe sorgen dann spezielle Schnarchschielen: Mit Hilfe dieser individuell angefertigten Schienen wird der Unterkiefer leicht nach vorne geschoben, sodass die Zunge und das Gaumensegel stabilisiert werden und der Atemweg geöffnet bleibt. So kann die Atemluft ungehindert strömen und der Schlaf wird wieder zur Erholung. ●

Checkliste: Schnarchen Sie sich krank?

Es gibt viele Indizien, die auf eine Schlafapnoe hinweisen können. Wenn mehrere Symptome aus unserer Checkliste auf Sie zutreffen, sollten Sie uns ansprechen.

- Haben Sie Ein- oder Durchschlafstörungen?
- Fühlen Sie sich morgens erschöpft und unausgeschlafen?
- Erwachen Sie morgens bereits mit Kopfschmerzen und/oder Schwindel?
- Werden Sie tagsüber oft grundlos müde oder nicken Sie ein?
- Haben Sie Schwierigkeiten, sich lange zu konzentrieren?
- Haben Sie erhöhten Blutdruck, für den bislang keine Ursache gefunden werden konnte?
- Sind Ihnen Persönlichkeitsveränderungen aufgefallen (Depressionen oder starke Reizbarkeit)?

Zahnarztpraxis Herrmann und Kollegen

Wellingstraße 20
73230 Kirchheim unter Teck

Tel. 07021 - 804890
Fax 07021 - 8048917
E-Mail praxis@za-teck.de
Web www.za-teck.de

Unsere Öffnungszeiten:

Montag bis Donnerstag
07:00 Uhr – 19:00 Uhr

Freitag
07:00 Uhr – 13:00 Uhr

Parkmöglichkeiten:

Parken können Sie zum Beispiel bequem im Parkhaus am Schweinemarkt. Von dort sind es nur ca. 100 m zur Praxis.



Folgen Sie
uns auf
Facebook!



Impressum:

Zahnarztpraxis Herrmann und Kollegen
Erscheinungsweise: 2 x pro Jahr
Das Patientenmagazin ist ein persönliches Informationsmedium Ihres Zahnarztes.
Fotos: Zahnarztpraxis Herrmann und Kollegen, 123rf.com, Adobe Stock

Hinweis: Der postalischen Zusendung können Sie jederzeit kostenlos widersprechen. Unter praxis@za-teck.de oder 07021-804890 können Sie Ihre Daten aus dem Verteiler löschen lassen.