

DAS ORIGINAL

ZENTRUM FÜR
ZAHNÄSTHETIK

AKTUELL

ZAHNWEELNESS®

HERAUSGEBER: Fachklinik für Zahnheilkunde und Implantologie

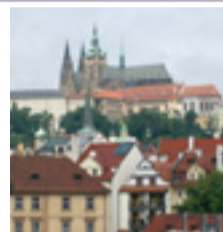
AUSGABE: 01/2009

„Excellent Award“
für Sonja EichlerZfZ-Kundin freut sich
über Auszeichnung

SEITE 2

Der Schnuller
nulltDer Schnuller feiert
seinen 60.

SEITE 3

Gotik, Gold
und GeschichteHighlights aus dem
„goldenen“ Prag

SEITE 4

WEITERE THEMEN

Das Rezept

Bayerisch Creme

SEITE 2

Die Kolumne

Der Payback-Wahn

SEITE 3

ZfZ sind „The Leading Dental Clinics of the World“

Amt spricht Slogan der Fachklinik für Zahnheilkunde und Implantologie zu / In über 30 Ländern gültig

„The Leading Dental Clinics of the World®“ - Seit kurzem ist die Fachklinik für Zahnheilkunde und Implantologie Inhaberin dieses Slogans. Das dafür zuständige Harmonisierungsamt sprach ihr die alleinigen Nutzungsrechte zu. ZfZ darf diesen Werbespruch ab sofort in mehr als 30 Ländern verwenden und veröffentlichen, darunter auch in Russland, China, der Schweiz und natürlich in Deutschland. Im Gegensatz zu anderen Firmen, die sich unter ähnlichen Slogans sammeln und die Marken als Trittbrettfahrer nutzen, ist die Fachklinik für Zahnheilkunde und Implantologie tatsächlich exklusive Inhaberin.

Nur bei ZfZ können Sie sicher sein, vom Know-how der „führenden Zahnkliniken“ zu profitieren und höchste Qualität zu erhalten:

- ZfZ ging als eine der ersten Pri-

- vatzahnkliniken an den Markt;

- ZfZ gilt als größte Privatzahnklinik Europas

- die Garantieleistungen sind zum Teil europaweit einmalig, wenn nicht sogar weltweit

- das Klinik-Konzept ist einmalig (Beratungs- und Diagnosezentren/Kliniken; exklusive Services; usw.)

- Überzeugen auch Sie sich von „The Leading Dental Clinics of

the World®“! Sie erreichen die Fachkliniken für Zahnheilkunde und Implantologie jederzeit unter der zentralen Rufnummer der Zahnklinik Ostrhauderfehn: + 49 (0) 49 52 – 95 15 40. **tr**

The Leading
Dental Clinics
of the World®

Schadstoffe in Zahncremes

Ökotest prüft Inhaltsstoffe / Neun Produkte kassieren „mangelhaft“ oder „ungenügend“

36 Zahncremes schickte Ökotest ins Testlabor, um sie auf Schadstoffe und umstrittene Inhaltsstoffe zu untersuchen.

Das Resultat: Zwei Zahncremes enthielten den „Bakterienkiller“ Triclosan, der in Verdacht steht, Antibiotika-Resistenz zu fördern. In anderen Produkten wurden Stoffe gefunden, die als allergieauslösend oder krebserregend gelten. In 14 Cremes tauchte Natriumlaurylsulfat auf, welches die Schleimhäute reizen kann. Die Note „mangelhaft“ erhielten diese Zahncremes: Blendax Anti Belag, Signal Natur Frische Kräuter und Schutz, The-

ramed Original. Mit „ungenügend“ wurden diese Produkte abgestraft: Blend-A-Med Complete plus extra frisch, Colgate Total, Dentagard mit Naturkräuterextrakten, Dr. Best Multi Aktiv, Odol-med 3 40 Plus und Odol-med 3 Original. Zu einer unbedenklichen Zahncreme gehört am besten eine Zahnbürste, die weiche bis mittelharte, abgerundete Borsten hat, mindestens zwei Mal täglich nach dem Essen zum Einsatz kommt und nicht zu fest an Zähne und Zahnfleisch gedrückt wird. **tr**

Quelle: Ostfriesen-Zeitung
Foto: www.istockphoto.com



Liebe Leserin,
lieber Leser!

Sie halten die neue Ausgabe der Zahnwellness®-Aktuell in Ihren Händen. Es sind hoffentlich wieder viele Themen dabei, die Sie interessieren und informieren. Übrigens: Sollten Sie Verbesserungsvorschläge haben, uns loben oder auch kritisieren wollen, so freuen wir uns über jede Zuschrift. Unsere Kontaktdaten finden Sie wie immer auf der letzten Seite im Impressum. Nun wünschen wir Ihnen viel Freude beim Lesen und gute Unterhaltung!

Das Team der Fachkliniken für
Zahnheilkunde und Implantologie

Betrunkener Pilot vor Abflug gestoppt

Ein angetrunkenen, russischer Pilot wurde am Frankfurter Flughafen kurz vor dem Abflug seiner Maschine aus dem Verkehr gezogen. Aufgefallen war er den Mitarbeitern der Personalkontrolle, weil er deutlich nach Alkohol gerochen hatte. Ein Blut-Test bei dem 49-jährigen Piloten einer russischen Fluglinie ergab einen Alkoholwert von 0,5 Promille. Der Betrunkene erhielt eine Anzeige wegen gefährlichen Eingriffs in den Luftverkehr und musste einen Geldbetrag als Sicherheitsleistung aufbringen. Sein Flugzeug flog mit rund einer Stunde Verspätung ohne ihn nach Moskau. **tr**
Quelle: www.welt.de

Anti-Drogen-Lied Pflicht in China

Die Karaokebars in der Millionenstadt Peking sind dazu verpflichtet worden, vor dem Beginn jeder Singveranstaltung ein Anti-Drogen-Lied abzuspielen. Das rund drei Minuten lange Lehrvideo startet automatisch, wenn das Karaoke-System hochgefahren wird, und lässt sich nicht stoppen oder unterbrechen. Betroffen sind rund 1.200 Bars. Nun könnte das Lied zu einem echten Hit werden. „Einige Gäste können schon mitsingen“, berichtete Li Tong, Betreiber einer Karaoke-Bar, der Zeitung „Global Times“. Die Melodien seien ziemlich eingängig. Die Lehrvideo-Verordnung ist Teil einer staatlichen Kampagne gegen Drogenhändler und -käufer. **tr**
Quelle: www.welt.de

„Als Dank und Anerkennung für Ihre Unterstützung“

ZfZ-Kundin Sonja Eichler erhält den „Excellent Award“ des Zentrums für Zahnästhetik

Erstaunt zeigte sich Sonja Eichler, als sie erfuhr, dass ihr für ihre langjährige Treue und Unterstützung der „Excellent Award“ des Zentrums für Zahnästhetik verliehen würde. „Damit habe ich ja gar nicht gerechnet“, zeigte sie sich erfreut und auch ein bisschen stolz.

Die Niederländerin steht dem Zentrum für Zahnästhetik seit mehreren Jahren als Referenzkundin zur Verfügung und hat schon so manchem Interessenten die Angst und den Zweifel vor einer Zahn-

behandlung genommen. „Dafür wollen wir heute einfach vielen herzlichen Dank sagen und unsere Anerkennung ausdrücken“, so der leitende Zahnarzt Dr. Stephan Dünschede, als er Sonja Eichler den Award persönlich überreichte.

„Viele haben mangels Wissen einfach Angst. Es freut mich, wenn ich diesen Menschen anhand meiner eigenen positiven Erfahrungen bei ZfZ die Angst nehmen kann. Und letztendlich ver helfe ich ihnen zu mehr Lebensqualität mit schönen

und gesunden Zähnen“, erklärte die Niederländerin ihre Motivation.

ZfZ erhält zahlreiche Anfragen aus den Niederlanden. Für diese Interessenten ist es besonders angenehm, sich mit einer Referenzkundin austauschen zu können, die die eigene Muttersprache spricht.

Zum Schluss versprach Sonja Eichler, weiterhin für die Interessenten des Zentrums für Zahnästhetik da zu sein und ihnen Rede und Antwort zu stehen. **tr**



„Zahnpolices lohnen sich selten“

„Frankfurter Allgemeine Zeitung“ und „Die Welt“ sagen: Nur wenige Zahnpolices rentieren sich / Ins Kleingedruckte schauen und vergleichen

Die beiden renommierten Tageszeitungen „FAZ“ und „Die Welt“ sind sich zum Thema Zahnzusatzversicherungen einig: „Zahnpolices lohnen sich selten“.

Hinzu kommt: Für einen wirklich guten Versicherungsschutz sind monatlich ca. 20 bis 30 Euro fällig. Der hohe Beitrag wiederum kann jedoch in einigen Fällen ein Verlustgeschäft für den Versicherten bedeuten. Eine weitere Tücke sind die verschiedenen Begriffs-Definitionen. In manchen Polices ist

die Rede von der Erstattung für „Zahnersatz“-Kosten. Füllungen könnten jedoch als „Zahnbehandlung“ definiert sein und würden demnach nicht erstattet.

Berücksichtigen Sie darüber hinaus die folgenden Hinweise (Quelle: Zahnärztekammern Mecklenburg-Vorpommern und Sachsen-Anhalt):

1. Beachten Sie den Unterschied zwischen Zahnersatzversicherungen (günstigere Prämien, reduzieren aber nur den Eigenanteil bei

Zahnersatz) und Zahnzusatzversicherungen (Erstattung richtet sich nach dem Gesamtrechnungsbetrag für den Zahnersatz; sie bieten darüber hinaus ggfs. Leistungen wie Inlays, Implantate, Prophylaxe und Kieferorthopädie).

2. Vergleichen Sie die Angebote verschiedener Anbieter! Eine gute Zahnzusatzversicherung erstattet Zahnarzt honorare bis zum 3,5fachen GOZ-Satz.

3. Achten Sie darauf, dass nur von Ihnen gewünschte Leistungen im

Versicherungsvertrag enthalten sind.

4. Die private Zahnzusatzversicherung deckt in der Regel nicht die Kosten für den gesamten Zahnersatz, sondern nur für einen Teil (die Erstattung sollte bei mindestens 50 Prozent vom Rechnungsbetrag liegen) ab. Wichtig ist dabei, dass die Versicherung den vereinbarten Prozentsatz kassenunabhängig erstattet, d.h. auch dann, wenn die gesetzliche Krankenkasse gar nichts zahlt.

5. Lassen Sie Ihren Zahnarzt fest-

stellen, welche Zahnbehandlungen in Zukunft notwendig sind und welches Erkrankungsrisiko bei Ihnen vorliegt, bevor Sie eine Zahnversicherung abschließen.

6. Beachten Sie, dass der private Versicherungsschutz nicht sofort nach Abschluss der Police (Sperrfrist) eintritt.

7. Der beste Schutz vor Zahnverlust und notwendigem Zahnersatz ist eine optimale häusliche Mundhygiene und die regelmäßige Vorsorge bei Ihrem Zahnarzt. **tr**

Lesetipp

Janet Gleeson

„Das weiße Gold von Meissen“

Haben Sie sich bisher nicht besonders für Porzellan interessiert? Dann lesen Sie dieses Buch! Der Autorin Janet Gleeson gelingt es hervorragend, die Entstehungsgeschichte des europäischen Porzellans in einen fesselnden und fundiert recherchierten Roman zu verpacken. Das Buch vereint Kunstgeschichte und Politik mit der Biographie des bemeidenswertesten Johann Friedrich Böttger, der das Rezept für die Porzellanherstellung entdeckte. In jahrelanger Gefangenschaft forschte er ursprünglich an dem Ziel, Gold herzustellen - und stieß dabei auf die Formel für reinstes Porzellan. Bis dato war in ganz Europa niemand in der Lage, das aus China teuer importierte Porzellan nachzuahmen und - noch viel weniger - es zu übertreffen. Böttgers Erfindung war somit so sensationell, als hätte er Gold hergestellt. Voller Intrigen, Machtspiele und Korruption nahm die tragische Geschichte des Gefangenen und der Entdeckung seinen Lauf. Meissen, die damalige Wirkungsstätte von Böttger, ist bis heute für seine Porzellanmanufaktur über Grenzen hinweg bekannt. Das Buch liest sich wie ein spannender Krimi. **tr**

Woher kommt...

...„aus dem Nähkästchen plaudern“...?

Im Nähkästchen werden eigentlich Nähutensilien wie Knöpfe, Schere, Nadeln, Garne und Zwirne aufbewahrt, damit sie leichter wiederzufinden sind. In Theodor Fontanes Roman „Effi Briest“ findet jedoch ein betrogener Ehemann die Briefe eines Liebhabers im Nähkästchen seiner Frau. Damit war die Redewendung geboren.

Quelle: <http://www.wikipedia.org>

Geflügelt

„Betrachte einmal die Dinge von einer anderen Seite, als du sie bisher sahst, denn das heißt ein neues Leben beginnen.“

Marc Aurel, römischer Kaiser (121 - 180)

Bayerisch Creme mit Fruchtragout

Für die Creme: 2 Blatt Gelatine; 3 Eigelb; 50 g Puderzucker; Mark von 2 Vanilleschoten; 300 g Sahne; 1 EL Grand Marnier

Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Eigelb mit Puderzucker und Vanillemark mit einem Handmixer zu einer schaumigen Masse verrühren. Die Sahne halb steif schlagen. Dann den Grand Marnier erhitzen, vom Herd nehmen, die ausgedrückte Gelatine darin auflösen und unter die Eigelbmasse rühren. Ein Drittel der Sahne mit einem Schneebesen hineinrühren und den Rest vorsichtig unterheben. In Portionsförmchen gefüllt im Kühlschrank ein bis zwei Stunden fest werden lassen.

Für das Fruchtragout: 20 g Puderzucker; 1/4 Liter Orangensaft; 20 g Zucker; Mark von 1/2 Vanilleschote; 1 cm Zimtrinde; 2 Streifen Orangenschale (unbehandelt); 1 TL Speisestärke; mehrere Streifen Obstfilet nach Wahl (z. B. Birne, Orange, Pflaume)

Puderzucker sieben und bei mittlerer Hitze karamellisieren lassen. Mit dem Orangensaft ablöschen. Zucker,



Vanillemark, Zimtrinde und Orangenschale dazugeben, alles aufkochen lassen, mit Speisestärke leicht binden und abkühlen lassen. Bei Bedarf mit dem Orangensaft strecken. Zimtrinde und Orangenschale wieder entfernen. Die Streifen Obstfilet mit der Flüssigkeit marinieren. Die Portionsförmchen mit der Creme kurz in heißes Wasser tauchen und auf einen Teller stürzen. Die Creme mit dem Obst und dem Ragout dekorativ anrichten. Guten Appetit!

Foto: www.istockphoto.com

Der Schnuller feiert seinen 60.

Vor 60 Jahren erfinden zwei deutsche Mediziner den „kiefergerechten Beruhigungssauger und Kieferformer“ / Heutzutage riesige Auswahl an Schnullern

Seit 60 Jahren sind Eltern dankbar für die beruhigende Wirkung des Schnullers auf ihre Sprösslinge. Zu verdanken haben sie es dem deutschen Zahnarzt Adolf Müller und dem Mediziner Wilhelm Balzers. Sie entwickelten im Jahr 1949

gemeinsam einen Schnuller, der als Prototyp des heutigen Schnullers gesehen werden kann. Das Besondere an der damaligen Erfindung war, dass der Schnuller nicht wie andere historische Vorgänger nur zur Beruhigung diente, sondern

auch eine gesundheitliche Funktion aufwies: den Schutz des Kiefers vor Fehlbildungen und -stellungen. Das Mundstück des neuartigen Schnullers war nicht rund sondern vorn abgeflacht und somit der Form der Mundhöhle angepasst.

Wie US-amerikanische Forscher im Dezember 2005 beweisen konnten, hat der Schnuller eine weitere, wesentliche Eigenschaft: Bei Kindern, die ab einem Alter von einem Monat mit Schnuller einschlafen, sei das Risiko eines plötzlichen Kindstodes deutlich verringert. Hierbei müsse jedoch beachtet werden, dass das Kind den Schnuller vor dem Einschlafen haben möchte und nicht dem

schlafenden Kind in den Mund gesteckt werde. Trotz stetiger Verbesserungen von Material und Form kann ständiges Nuckeln über einen längeren Zeitraum Fehlstellungen an Zähnen oder am Kiefer hervorrufen. Kinder, die das zweite Lebensjahr erreicht haben, sollten deshalb langsam vom Schnuller entwöhnt werden. **tr**

Quellen: DZW, www.wikipedia.org

Die Kolumne

Der Payback-Wahn oder: Wir sparen uns in den Ruin

Von Barbara Arnold

Kennen Sie das? Sie sind zum ersten Mal in einem Laden für Oberbekleidung, in einer Stadt, in der Sie sich maximal zweimal im Jahr aufhalten, haben sich aber aus welchen Gründen auch immer dort ein relativ teures Kleidungsstück, beispielsweise eine Lederjacke gekauft. »Haben Sie schon unsere Kundenkarte?« fragt die Kassiererin verbindlich. »Sie können bei jedem Einkauf drei Prozent sparen!« Natürlich haben Sie keine, aber man will ja nicht als Depp erscheinen, der dem Einzelhandel sein sauer verdientes Geld in den Schlund wirft und drei Prozent von 180 Euro, das sind immerhin... ääh...

Unversehens stehen Sie also da und füllen ein mehrere DIN-A4-Seiten langes Formular mit intimsten Details über sich selbst aus, freuen sich über die Ersparnis von mehr als fünf Euro, nehmen nach dem Bezahlen dankbar ein neues Plastikärtchen entgegen und wissen dann garantiert nicht, wohin damit. Das Portemonnaie platzt schon beinahe ob der zahlreichen Kärtchen von allen möglichen Geldsparinstituten. Payback und Digits, die Rabattkarte vom Supermarkt, die Kundenkarten mehrerer Ketten für Junge Mode, in deren Laden ich mich garantiert nur einmal in meinem Leben verirrt habe. In meiner Geldbörse befinden sich mehrere Karten längst der Wirtschaftskrise zum Opfer gefallener Warenhäuser. Seit unsere Karstadtfiliale vor vier Jahren dicht gemacht wurde, warte ich auf eine passende Gelegenheit, meine zahlreichen Gutscheine anderenorts einzulösen.

Sollte ich mich dem weiteren Konsum hartnäckig verweigern, werde ich mit Rabattgutscheinen aller Art und für alle teilnehmenden Läden bombardiert, damit ich immer auf dem laufenden bin, in welcher Apotheke ich jetzt »Rabatttaler« bekomme, und welche wertvollen Gegenstände ich dafür kaufen kann. »Wenn Sie innerhalb des Aktionszeitraums für mehr als sechzig Euro Drogerieartikel einkaufen, erhalten Sie hundertfünfzig Punkte extra« lautet das unwiderstehliche Angebot. Also nichts wie hin.

Sollten diese Anreize nicht attraktiv genug sein, hilft uns garantiert eine Abwrackprämie auf die Sprünge. Tapfer trage ich meinen lieb gewonnenen, zwölf Jahre alten Fernseher (wer guckt denn heutzutage noch in die »Röhre«?) zurück zum Media Markt, tausche meinen mehr als volljährigen Drahtesel gegen ein top-stylisches City Bike und erwäge selbst, mich von meiner zerschissenen aber als Kindertrampolin noch bestens geeigneten Kipp-Couch zu trennen. In einem leeren Marmeladenglas werden Taler, Bons und

Rabattmünzen gesammelt, von deren Herkunftsort ich leider keine Ahnung mehr habe. Sammelpunkte samt Hefchen zum Einkleben derselben von mehreren Mineralölkonzernen tummeln sich in meinem Handschuhfach. Leider schaffe ich es nie, die Hefchen innerhalb des »Aktionszeitraums« voll zu bekommen, so dass mir sicher schon dutzende wertvoller Prämien in Gestalt von mir dringend benötigter Picknickrucksäcke, wasserdichter Armbanduhren oder Taucherbrillen entgangen sind.

Eine weitere Variante ist das Sammeln von ausgeschnittenen »Punkten«, also Bestandteilen der Umverpackungen. (Gegen Zusendung von 345 »Müller-Talern« erhalten Sie eine Stehlampe in Form eines Joghurt-Bechers!) Oder so ähnlich. Also schneide ich Punkte aus Cornflakes-Packungen, um diese gegen Müslischalen (in Form eines halben Fußballs) einzulösen, Joghurtbecherdeckel werden für eine riesige Prämienauswahl gesammelt (habe ich eigentlich Mitleid mit demjenigen, der den Umschlag mit den – vielleicht nicht ganz sauber gespülten – 280 Deckeln öffnen muss!) und natürlich kaufe ich alles, wo das Geschenk schon dabei ist: Küchenrollen mit Tom-und-Jerry-Figuren, Puddingpulver mit Teddybären, Waschmittel mit Modellautos; natürlich immer alles doppelt, damit meine Kindlein sich nicht streiten müssen.

Beim Supermarkt gibt es neuerdings wieder Rabattmarken. Wenn das Hefchen voll ist, kann ich je nach Aktion und Sponsor zwischen Frischhaltebehältern, Markengläsern, Kochtöpfen und Handtüchern wählen, gegen Zuzahlung, versteht sich.

Gerne nehme ich auch Angebote vom Typ »Buy one, get one free« in Anspruch. Eigentlich wollte ich nur zwei Becher Pudding kaufen, aber wenn ich zwölf kaufe, kriege ich zwei davon umsonst, und wenn ich Glück habe, vergesse ich diese beiden nicht im ohnehin überfüllten Kühlschrank.

Dass ich Karten von Läden, die an meinem Wohnort keine Filiale haben, nicht ständig mit mir führe, brauche ich nicht zu erwähnen. Sollte ich aus irgendeinem Grund ein zweites Mal in einem solchen Laden landen, habe ich die Karte garantiert nicht dabei und muss zur weiteren

Nutzung der Stammkundenvorteile ein neues Formblatt ausfüllen. Das hat den Vorteil, dass ich sämtliche Rabattkupons jetzt doppelt zugeschickt bekomme. Nur schade, dass der nächste OBI 180 km entfernt ist. Da bin ich mir nicht sicher, ob sich der Zehn-Prozent-Gutschein rechnet. Andererseits verhilft mir die Fahrt wieder zu einigen neuen Punkten in einem meiner Benzinrabattgutscheinheftchen.



Ein Schnuller macht nicht nur das Kind glücklich... auch die Eltern haben etwas davon. *Fotos: www.istockphoto.com*

Pimp my... Internet-Browser

Praktisch und kostenlos: Zusatzfunktionen für Browser

Der Internet-Browser dient den meisten Nutzern dazu, bequem durchs weltweite Web zu surfen und ab und an mal einen Favoriten abzuspeichern. Doch pfiffige Programmierer entwickeln stetig neue Zusatzfunktionen („Add-ons“), die kostenlos zur Verfügung stehen und teils eine praktische Hilfe sind.

So gibt es beispielsweise den virtuellen Textmarker. Mit diesem Tool kann jeder beliebige Internet-Text mit der linken Maustaste markiert und mit der rechten Maustaste die Farbe ausgewählt werden. Die Markierungen bleiben auch bestehen, wenn der Nutzer die Seite zu einem späteren Zeitpunkt wieder aufruft. (Download: <http://addons.mozilla.org/de/firefox/addon/1931>)

Praktisch ist auch das Tool „tidyread“. Hiermit lassen sich längere Internet-Texte besser lesbar darstellen: Grafische Elemente, Rahmen, etc. werden ausgeblendet und die Schrift vergrößert. (Download: www.tidyread.com) Zu beachten ist, dass nicht jedes Tool für jeden Web-Browser geeignet ist. Am besten informiert man sich vorher auf der Website des Browser-Anbieters (z. B. Internet Explorer, Firefox,...), welche Add-ons zur Verfügung stehen. Oder man nutzt eine Suchmaschine, um für den eigenen Browser kostenlose, kompatible Erweiterungen zu finden. **tr**

Quelle: DZW

Ein Schatz aus Gotik und Gold

Prag ist lebendige Geschichte mit unzähligen historischen Bauten / Prager Burg ist das größte Burgareal der Welt / Romantisch an der Moldau gelegen

Für unsere Reise durch die tschechische Hauptstadt Prag stehen uns vier Tage zur Verfügung. Damit wir keine Highlights verpassen, wollen wir uns auf die „klassischen Sehenswürdigkeiten“ konzentrieren. Wie wir während der Reise feststellen, tragen die Prager Highlights berechtigterweise diese Bezeichnung. Ohne Reue lassen wir die Insider-Tipps des Reiseführers links liegen und genießen unser Touristen-Dasein.

Erste Pflichtadresse ist die Prager Burg, die auf nahezu jeder Postkarte und jedem Stadtbild-Aquarell zu sehen ist. Auf einem ca. 70 Meter hohen Hügel gelegen schaut sie erhaben auf ihre Stadt herunter, und die Besucher an der Moldau und auf der Karlsbrücke schauen ehrfürchtig zu ihr hinauf. Die Prager Burg ist in Wirklichkeit ein ganzes Burgviertel und gilt als das größte zusammenhängende Burgareal der Welt. Ein Highlight innerhalb dieses Highlights ist die St. Vitus-Kathedrale (St.-Veits-Dom) mit ihren 96 Meter hohen Doppeltürmen und der 100 Quadratmeter großen (!) Fensterrose an der Westfassade. Ein Spektakel ist auch die Wachablösung der himmelblau gekleideten, staksenden Burgsoldaten, die täglich um 12 Uhr erfolgt. Wer das miterleben möchte, sollte sich rechtzeitig beim Burgtor einfinden.

In wenigen Minuten zu Fuß ist vom Burgtor aus das Strahov-Kloster erreicht. Hier besuchen wir das Literatur-Museum bzw. die Kloster-Bibliothek. Wir kommen aus dem Staunen nicht mehr heraus: Tausende von historischen Büchern und Schriften stehen in Meter langen und deckenhohen Holz-Regalen. Diese uralten Schätze aus längst vergangener Zeit, wunderschöne Deckenmalereien und Stuckelemente versetzen uns



Die Bibliothek im Strahov-Kloster: Schätze aus vergangenen Zeiten zum Greifen nah.

Fotos: tr

in das 12. Jahrhundert. In der Luft liegt ein Hauch von spiritueller Meditation und Andacht. Der Geist der Mönche ist irgendwie spürbar. Das ist lebendige Geschichte!

Genauso häufig wie das Prager Schloss ist die Karlsbrücke auf Postkarten abgebildet. Also müssen wir auch dort hin. Die 520 Meter lange und zehn Meter breite gotische Brücke wurde im 14. Jahrhundert gebaut und blieb 400 Jahre lang die einzige Möglichkeit, die Moldau in Prag zu überqueren. Die für die Karlsbrücke so berühmten Figuren wurden erst im 17. und 18. Jahrhundert erbaut. Die wohl bekannteste der 30 Statuen ist die des Heiligen Johannes von Nepomuk, der angeb-

lich 1393 an der dortigen Stelle ertränkt wurde. Von der Brücke aus haben wir eine tolle Aussicht hinauf zur Prager Burg und halten dieses Postkarten-Motiv gleich zigfach mit der Digitalkamera fest. Ich ahne schon, dass wir uns zu Hause fragen werden, warum wir ein und dasselbe Motiv so oft hintereinander fotografiert haben... Aber die Aussicht ist einfach traumhaft!

Nach der Überquerung der Karlsbrücke laufen wir Richtung Altstadt Ring. Wir überqueren den Kafka-Platz und bewundern wunderschöne Gebäude im Gotik-, Barock- und Jugendstil. Die prächtigen, liebevoll restaurierten Fassaden sind eines der Prager Wahrzeichen. Besonders im Zentrum finden sich die Baustile aller Epochen auf kleinstem Raum wieder. Dank der Tatsache, dass Prag im Krieg von Bombenangriffen weitgehend verschont blieb, ist die Stadt ein lebendiges Geschichtsbuch. Als wir den Altstadt Ring - den ältesten Platz Prags - erreichen, erleben wir gleich eins der touristischen Höhepunkte: Zu jeder vollen Stunde öffnen sich am Turm des Rathauses zwei Luken, und die Figuren der zwölf Apostel zeigen sich Hunderten Besuchern. Etwas enttäuscht stellen wir jedoch fest, dass bei diesem „Spektakel“ eigentlich gar nicht viel passiert.

Der im 12. Jahrhundert erbaute Altstadt Ring gleicht einem riesigen Rummel. Marktstände, Künstler und Musiker buhlen um die Aufmerksamkeit der Passanten. Pferdekutschen und Oldtimer warten darauf, Touristen durch die Stadt zu fahren. Der Anblick

der Pferde weckt jedoch eher unser Mitleid, als dass wir Lust auf eine Kutschfahrt bekämen. Die Tiere stehen schlecht gepflegt und melancholisch da und haben sich ihrem Schicksal traurig ergeben.

Wie in jeder Stadt, die am Fluss gelegen ist, halten wir auch in Prag eine Flussrundfahrt für Pflicht. Auf einem mittelgroßen Schiff schippern wir gemütlich die Moldau entlang und genießen die Aussicht. Nach einiger Zeit stellen wir fest, dass die anderen Boote nach und nach verschwinden und auch an den Anlegern keine Schiffe mehr zu sehen sind.



Impressum

Zahnwellness®-Aktuell

Herausgeber: Fachklinik für Zahnheilkunde und Implantologie
Zentrum für Zahnästhetik GmbH

Hauptstraße 71
26842 Ostrhauderfehn
Telefon: 0 49 52 - 95 15 40
Telefax: 0 49 52 - 95 15 23
Mail: info@zfz.de
www.zfz.de

Zahnwellness®-Aktuell erscheint in unregelmäßigen Abständen.

Haben Sie Anregungen, Ideen, Lob oder Kritik? Wir würden uns über einen Hinweis sehr freuen!

Ihre Teams der Fachkliniken für Zahnheilkunde und Implantologie