



## **Zahnkorrektur in der Ferienzeit: Warum der Sommer ein günstiger Startzeitpunkt ist**

*Zum Beginn der Ferien informiert die Praxis über unsichtbare Zahnschienen und worauf Reisende während der Behandlung achten sollten*

**München, Juli 2026** – Zu Beginn der Ferienzeit weist die kieferorthopädische Praxis von Dr. med. dent. Matthias Eppe am Sendlinger Tor darauf hin, dass der Sommer ein günstiger Zeitpunkt für den Start einer Zahnkorrektur ist. In der ruhigeren Jahreszeit fällt die Eingewöhnung an eine neue Zahnschiene leichter, und moderne unsichtbare Schienen lassen sich ohne Praxisbesuch mit auf Reisen nehmen. In zentraler Innenstadtlage nutzen vor allem Berufstätige die ruhigere Sommerzeit – Kontrolltermine lassen sich in der Mittagspause oder nach Feierabend wahrnehmen.

### **Warum der Start im Sommer leichter fällt**

Jede Zahnkorrektur beginnt mit einer kurzen Eingewöhnungsphase. In der entspannteren Sommerzeit fällt dieser Einstieg spürbar leichter als im dichten Arbeits- oder Schulalltag: Beratungs- und Kontrolltermine lassen sich flexibler legen, und die ersten Tage mit der neuen Zahnschiene fallen in eine Phase, in der ohnehin weniger Druck herrscht. Für Familien kommt ein praktischer Nebeneffekt hinzu: Wer die Behandlung des Kindes zu Ferienbeginn startet, verbindet die Eingewöhnung mit einer entspannten Zeit – ganz ohne Schulstress.

### **Unsichtbar korrigieren: transparente Zahnschienen**

Für die ästhetische Zahnkorrektur bei Jugendlichen und Erwachsenen kommen zunehmend nahezu unsichtbare Lösungen zum Einsatz. Am bekanntesten sind transparente Aligner – herausnehmbare Kunststoffschienen, die die Zähne Schritt für Schritt in die gewünschte Position bewegen. Am Markt gibt es mehrere bewährte Aligner-Systeme; welches im Einzelfall geeignet ist, ergibt sich aus einer individuellen Diagnostik. Wo festsitzende Apparaturen sinnvoller sind, stehen ästhetische Varianten wie zahnfarbene Keramikbrackets zur Verfügung. Transparente Schienen zeichnen sich vor allem dadurch aus, dass sie:

- im Gespräch und auf Fotos nahezu unsichtbar sind
- zum Essen, zur Zahnpflege und für besondere Anlässe herausgenommen werden können
- digital geplant werden, mit einer Ergebnis-Vorschau vor Behandlungsbeginn
- ohne klassische Abdrücke auskommen, da ein digitaler Scan genügt

### **Während der Behandlung verreisen: Worauf zu achten ist**

Ein Merkmal transparenter Schienen zeigt sich in der Ferienzeit besonders: Sie werden zu Hause in einem festen Rhythmus selbst gewechselt – ein Praxisbesuch am Urlaubsort ist dafür nicht nötig. Wer verreist, nimmt die nächsten Schienen mit; über eine digitale Verlaufskontrolle bleibt das Praxisteam auch aus der Ferne erreichbar. Für die Reise nennt die Praxis einige einfache Vorkehrungen:

- aktuelle und nächste Schienen einpacken, die vorherige als Reserve dazu
- die empfohlene Tragezeit von rund 22 Stunden pro Tag auch im Urlaub einhalten
- ein festes Etui nutzen – lose in eine Serviette gewickelte Schienen gehen am häufigsten verloren
- Zahnbürste griffbereit halten, denn die Schienen kommen nur auf geputzte Zähne



KIEFERORTHOPÄDIE

Dr. med. dent. Matthias Eppler · MSc

München · Sendlinger Tor

---

### Behandlungsdauer: mehrere Monate einplanen

Eine Zahnkorrektur dauert je nach Ausgangslage mehrere Monate. Am Anfang steht ein digitaler 3D-Scan, auf dessen Basis das voraussichtliche Ergebnis schon vor Behandlungsbeginn dargestellt werden kann. Wer die Zähne für einen bestimmten Anlass korrigieren lassen möchte, sollte den Beratungstermin entsprechend früh einplanen; bei einem Start im Sommer sind erste Veränderungen häufig im Herbst erkennbar.

*„Der Sommer ist ein guter Moment, um zu starten: Der Alltag ist ruhiger, die Eingewöhnung fällt leichter – und eine unsichtbare Zahnspange lässt sich problemlos mit in den Urlaub nehmen. Wichtig ist vor allem, rechtzeitig mit der Beratung zu beginnen.“ – Dr. Matthias Eppler*

---

### Über die Praxis Dr. Eppler – Sendlinger Tor

Die kieferorthopädische Praxis von Dr. med. dent. Matthias Eppler am Sendlinger Tor verbindet zentrale Innenstadtlage, digitale Prozesse und persönliche Betreuung. Beraten wird auf Deutsch, Englisch und Italienisch. Sie ist Teil der KFO Praxen mit fünf Standorten.

#### Pressekontakt

**Praxis:** Kieferorthopädie Dr. med. dent. Matthias Eppler – Sendlinger Tor

**Adresse:** Sendlinger-Tor-Platz 6, 80336 München

**Telefon:** (0)89 59 33 33

**E-Mail / Web:** stp6@kfom.de · ihr-kieferorthopaede-in-muenchen.de