

Horoskop

Widder 21.–31.3. Einem Treffen fernbleiben? Bitte nicht, denn Sie würden etwas Schönes versäumen. **1.–10.4.** Die Realisierung eines Planes hängt einzig von Ihnen ab. **11.–20.4.** Sie kommen nicht mehr weiter? Doch, heute, mit ein wenig Geduld. **Stier 21.–30.4.** Auf Ihre Leistungen kann man sich blind verlassen. **1.–10.5.** Derzeit sollten Sie möglichst nicht zu viele Kompromisse eingehen! **11.–20.5.** Unkomplizierter geht es nicht mehr. Fragt sich nur, was man gegen Ihre Methode einwendet. **Zwillinge 21.–31.5.** Das, was Sie sich vorgenommen haben, sollten Sie auch durchziehen. Und zwar genau so! **1.–11.6.** Mit ein wenig Geschick gelingt Ihnen auch Ihr raffiniertes und ausgeklügeltes Täuschungsmanöver! **12.–21.6.** Bitte nur nicht aufgeben! **Krebs 22.6.–1.7.** Auch ohne die Hilfe eines prominenten Fürsprechers können Sie einen Weg bequem gehen. **2.–12.7.** Sie machen sich unnötige Gedanken. Damit belasten Sie sich bloß. **13.–22.7.** Verhandlungen könnten ein überraschendes Ende haben. **Löwe 23.7.–2.8.** Sichern Sie sich wenigstens ein bisschen ab. Die Sache birgt doch gewisse Risiken. **3.–12.8.** Dass alles beim Alten bleibt, ist kaum zu erwarten. Aber: Sie sind gut gewappnet! **13.–23.8.** Eine Angelegenheit wird allmählich spruchreif. **Jungfrau 24.8.–2.9.** Jemand schätzt Sie falsch ein. Nutzen Sie das aus, um zu beweisen, was Sie können! **3.–12.9.** Bitte Vorsicht! Denn Fortuna steht Ihnen nicht dauernd zur Seite, wie geschehen. **13.–23.9.** Verkehrt gemacht haben Sie nichts. Das täuscht! **Waage 24.9.–3.10.** Einiges läuft so, wie Sie es sich wünschen. Aber Sie können die Dinge noch verbessern. **4.–13.10.** Ihre Anstrengungen der letzten Zeit werden nun endlich belohnt! **14.–23.10.** Rekrutieren Sie noch ein paar Mitstreiter, wenn das geht. **Skorpion 24.10.–2.11.** Es ist nicht auszuschließen, dass Sie bald auf eine Beziehung zurückgreifen müssen. **3.–12.11.** Wenn Sie offen über die Sache reden, dürfte diese bald vergessen sein! **13.–22.11.** Die Gunst einer heutigen Stunde sollten Sie nutzen! **Schütze 23.11.–2.12.** Auf Anhieb haben Sie eine ganz hervorragende Wahl getroffen. Der Rest ist ein Kinderspiel! **3.–12.12.** Ihr Mut in allen Ehren, aber Sie sollten ihn bei einer noch besseren Gelegenheit beweisen. **13.–21.12.** Respekt ist Ihnen sicher! **Steinbock 22.–31.12.** Das Ergebnis kann sich sehen lassen. All Ihre Bemühungen haben sich voll gelohnt. **1.–10.1.** Gewissen Gerüchten sollten Sie keinen Glauben schenken. Das wird jetzt klar. **11.–20.1.** Mit großen Zahlen können Sie auch imponieren! **Wassermann 21.–30.1.** Die Entwicklung geht mit Riesenschritten voran. Allerdings halten Sie sehr locker mit! **31.1.–9.2.** Zu Ihrer Erleichterung sehen Sie nun, dass Sie die Konkurrenten überschätzt hatten. **10.–19.2.** Ihr Experiment gelingt. Gratulation! **Fische 20.–28.(29).2.** Sie haben sich durch ausgeklügelte Vorbereitung die nächsten Aufgaben sehr erleichtert. **1.–10.3.** Fiebern Sie dem Start einer Sache ruhig entgegen! Das ist ganz natürlich. **11.–20.3.** Wer ja sagt, sollte auch dabei bleiben!



Leserfoto

Magische Wassermomente

„Anbei ein Bild aus einem Kurzurlaub im Allgäu“, schreibt uns tz-Leser Johann Jungbauer. Es handelt sich um Wasserspiele am Siebensteinbrunnen (benannt nach seinen sieben Säulen) in Füssen. „Im Gegenlicht spritzt das Wasser glitzernd, wie kleine goldig schimmernde Sterne. Da staunt nicht nur dieses Mädchen, auch für Erwachsene und Hobby-Fotografen ist es ein tolles Motiv.“ Finden wir auch – ein fein eingefangener magischer Moment!



Johann Jungbauer

» Schicken auch Sie uns Ihr Lieblingsfoto im Querformat. Jedes veröffentlichte Bild wird mit 50 Euro honoriert. Bitte nicht vergessen: Infos, wo und wann das Foto entstand, ein Porträtfoto von Ihnen, Ihre Adresse und

IBAN. Bilder per E-Mail an bild@tz.de oder an tz-Fotoredaktion, Paul-Heise-Str. 2–4, 80336 München. Bitte haben Sie Verständnis, dass eingesandte Fotos nicht zurückgeschickt werden können.

DER TÄGLICHE tz-RATGEBER heute: Gesundheit

Zahnfleischbluten ist niemals harmlos

Blutet das Zahnfleisch plötzlich beim morgendlichen Zähneputzen, so reagieren wir meist gelassen. Ist doch sicher nur eine kleine Verletzung. Doch ist dies wirklich immer eine harmlose Bagatelle? Was möglicherweise dahintersteckt, was im Akutfall wirklich hilft und wann medizinische Hilfe erforderlich ist, erläutert der Zahnarzt Dr. Jochen H. Schmidt.



Blutet das Zahnfleisch regelmäßig, sollte man dies keinesfalls ignorieren: Denn dies ist ein Hinweis darauf, dass etwas nicht in Ordnung ist. In den allermeisten Fällen steckt eine relativ harmlose Zahnfleischentzündung dahinter. Wird sie aber nicht behandelt, entwickelt sich daraus vielfach eine Parodontitis. Dann drohen ernsthafte Folgen. Denn die chronische

Entzündung des Zahnbetts lässt das Zahnfleisch über die Jahre zurückgehen. Dies schadet langfristig nicht nur dem Zahnhalteapparat inklusive Kieferknochen: Über die Entzündungsherde im Zahnfleisch gelangen Keime in die Blutbahn und gefährden die Allgemeingesundheit. Das Risiko für Gefäßverkalkungen und Herzinfarkte steigt. Möglicherweise ste-

cken hinter dem Zahnfleischbluten aber auch andere Ursachen – z. B. Diabetes mellitus, Nährstoffmangel oder Medikamente. Nicht selten ist auch der veränderte Östrogenspiegel während der Schwangerschaft ein Auslöser. In manchen Fällen führt auch zu starkes Schrubben mit der Zahnbürste oder Fehler mit der Zahnseide zu Verletzungen im Mund. Klären lässt

zellente Wahl. Empfehlenswert ist zudem zweimal jährlich die zahnärztliche Kontrolle inklusive professioneller Zahnreinigung.

Im Akutfall lässt sich die Blutung mithilfe einer sauberen Kompresse stillen, die auf die wund Stelle gedrückt wird. Auch Eiswürfel können die Beschwerden lindern. Darüber hinaus helfen (kurzzeitig!) Tees mit aufgekochter Kamille, Ingwer oder Salbei gegen Zahnfleischentzündungen und Blutungen. Mehrmals täglich als Mundspülung angewandt, wirken die lauwarmen Tees desinfizierend und lindern die Beschwerden.

Und noch ein Tipp: Bei einer akuten Zahnfleischentzündung sollten die umliegenden Zähne besonders gründlich geputzt werden, da die entstehende Plaque die Entzündung verschlimmern kann.

dop./Fotos: Mauritius Images, Carree Dental Köln



Dr. Jochen H. Schmidt
Master of Science in Oral Implantology and Surgery; Zahnärztlicher Leiter des Carree Dental, Köln

MÜNCHNER

Straßennamen

Kachletstraße

Die Kachletstraße in Ramersdorf wurde 1930 nach Kachlet, einem Donaukraftwerk (Stauwerk mit Doppelschleuse) bei Passau benannt.

Schon gewusst?

Was bedeutet das Wort illuster



Illuster bedeutet „glanzvoll“, „erlesen“ oder „außergewöhnlich“. Es wird verwendet, um Personen oder Ereignisse zu beschreiben, die sich durch besondere Bedeutung oder Ruhm auszeichnen und Bewunderung hervorrufen.

Namenstag

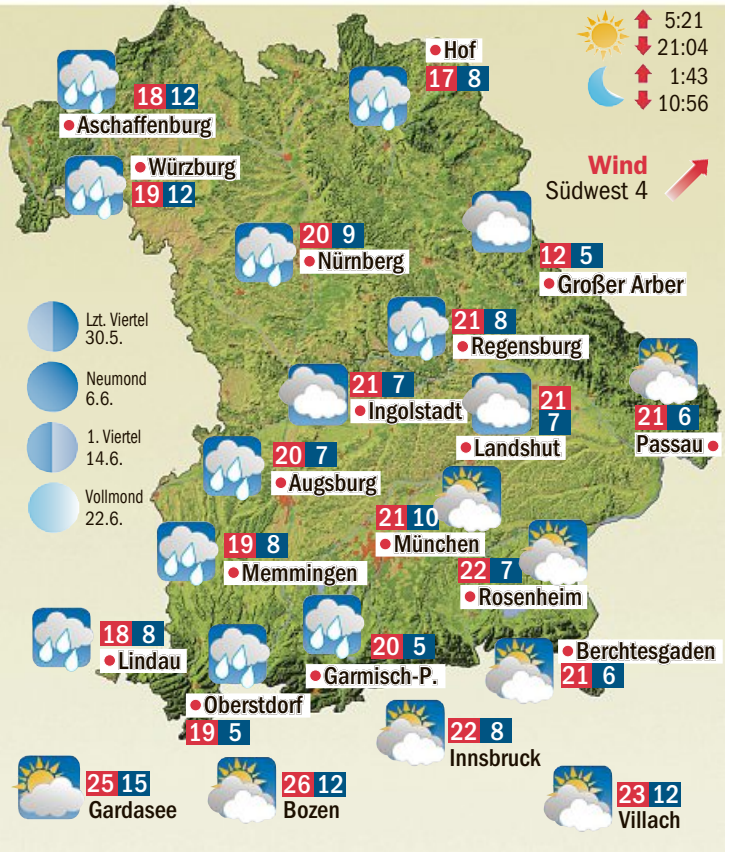
Erwin

Erwin stammt vom althochdeutschen Namen Herwin und ist aus heri (= Heer, Krieger) und (wini = Freund) zusammengesetzt.

Lösung von Seite 1

Richtig ist Lösung a). „Ghetto Supasta“ ist ein Song des US-Rappers Pras Michael aus seinem gleichnamigen Debütalbum von 1998.

Etwas Sonne, dann zieht Regen ostwärts



Südbayern

Heute nach Südosten hin am Vormittag noch sonnige Abschnitte. Regen kommt im Verlauf langsam ostwärts voran, am östlichen Alpenrand länger trocken. 18 bis 22 Grad. Mäßiger Südwestwind. Nachts Regen.

Nordbayern

Regen kommt heute im Verlauf zögernd ostwärts voran, am Bayerwald bleibt es lange trocken. 17 bis 21 Grad. Mäßiger Südwestwind.

Bergwetter

Heute ist es vor allem am Vormittag trotz einiger zeitweise kompakterer Wolkenfelder recht sonnig und überall trocken. Am Nachmittag im Süden Quellwolken und Regenschauer, einzelne Gewitter. In 2000 m 8 Grad.

Weitere Aussichten

An Fronleichnam im Süden Regen, sonst Schauer. Freitag bedeckt. Dabei länger Regen, Schauer und Gewitter.

Bauernregel

Im Mai ein warmer Regen bedeutet Fruchtesegen.

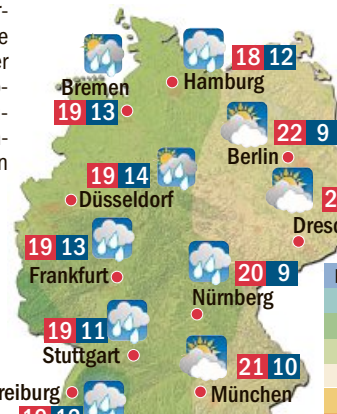
Münchner Rekorde
am 29.5. in München
Tag Maximum Nacht Maximum
31,2°(2017) 17,5°(2001)
Tag Minimum Nacht Minimum
7,5°(1961) 1,6°(1957)

Biowetter

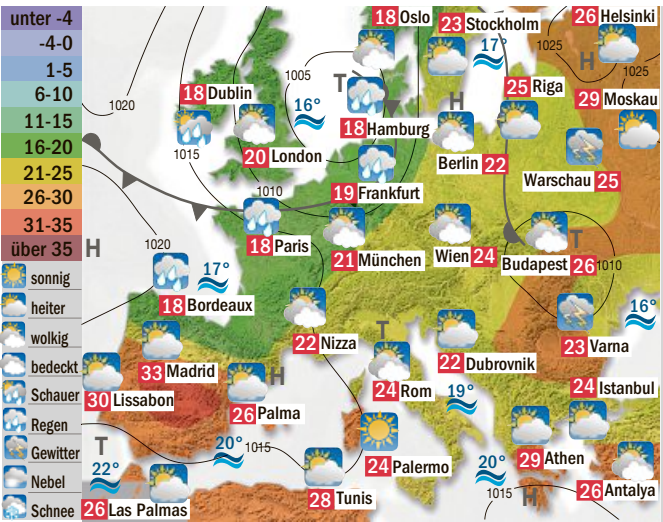
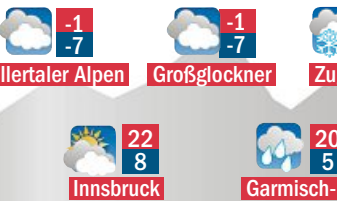
Das Wohlbefinden wird nicht ungünstig beeinflusst, die Stimmung ist meist ausgeglichen.

Pollenflug

Der Flug von Gräserpollen ist überwiegend stark. Nur schwacher Flug von Roggenpollen.



Nullgradgrenze: 2800 m
Schneefallgrenze: 2400 m



Reisewetter

Alpensüdseite: Freundlich, Locarno bedeckt 23 bis 26 Grad.
Österreich, Schweiz: Wechselhaft mit Sonne und Wolken, Zürich von 18 bis 24 Grad.
Italien, Malta: Heiter oder wolkgig, in Sizilien oft wolkenlos, Temperaturen 23 bis 27 Grad.
Spanien, Portugal: Es ist überall freundlich und niederschlagsfrei, von 20 bis 33 Grad.
Griechenland, Türkei, Zypern: Es bleibt heiter, teils wolkgig, Werte von 24 bis 29 Grad.
Benelux, Nordfrankreich: Gebietsweise Regen, bis 19 Grad.

Slowenien, Kroatien: Es ist wechselnd wolkgig, bis 25 Grad.
Südfrankreich: Wolkgig, Bordeaux Regen, 18 bis 25 Grad.
Israel, Ägypten: Am Mittelmeer ein paar Wolken, sonst meist wolkenlos, von 27 bis 38 Grad.
Mallorca, Ibiza: Auf beiden Inseln nur leicht bewölkt, Tageshöchstwerte um 26 Grad.
Madeira, Kanarische Inseln: Meist wechselnd wolkgig, Tageshöchstwerte 22 bis 26 Grad.
Tunesien, Marokko: Allgemein heiter bis wolkgig, Agadir stark bewölkt, von 24 bis 30 Grad.

tz Herausgeber: Dirk Ippen, Alfons Döser
Chefredakteur: Sebastian Arbing
Stellv. Chefredakteur: Florian Benedikt, Stefan Sessler
Verantwortlich: München & Bayern: Stefan Sessler, Uli Heichele (Stellv.), Dominik Götterl (Stellv.)
Produktion: Armin Geier
Kultur & TV: Michael Schleicher
Sport: Florian Benedikt, Klaus Heydenreich (Stellv.), Mathias Müller (Stellv.)
Gesundheit: Andreas Beez (Chefredakteur)
Politik: Klaus Rimpel, Christian Deutschländer
Wirtschaft: Corinna Maier
Gesellschaftskolumne: Ulrike Schmidt
Layout: Sebastian Raab
Bildredaktion: Stephanie Braunert
Öffentlichkeitsarbeit: Oliver Menner
Reise: MerkurtzMedia GmbH, Julitta Ammerschläger
Redaktion: Tel.: 0 89 / 53 06-0, Fax 53 06-552
Anzeigenannahme: 0 89 / 53 06-222
Anzeigen-Fax: 53 06-640/641
Verantwortlich für Anzeigen: Stefan Hampel, Zeitungsverlag Oberbayern GmbH & Co. KG, Paul-Heise-Str. 2-4, 80336 München
Vertriebsleitung: Tobias Hagmann
Anzeigenpreisleiste Nr. 80, Zeitungsgruppe Münchner Merkur (MM + OVB + tz).
Abonnementpreis monatlich Euro 40,95 frei Haus (einschließl. gesetzlicher USt.).
Samstag mit tz-Tele-Magazin.
Verlag: Merkur tz Redaktions GmbH & Co. KG, 80282 München oder Paul-Heise-Straße 2-4, 80336 München, zugleich Anschrift aller Verantwortlichen (soweit nicht anders angegeben).
Geschäftsführer: Daniel Schöningh, Georg Anastasiadis, Sebastian Arbing.
Druck: Druckhaus Dessauerstraße GmbH & Co. BetriebsKG, Dessauerstr. 10, 80992 München
Für die Herstellung der Zeitung wird Recycling-Papier verwendet.
WISSEN, WAS ZÄHLT
Geprüfte Auflage
Klare Basis für den Werbemarkt