



Vorbeugen ist besser als heilen – diese universelle Weisheit gilt auch und gerade in der Zahnheilkunde. Viel können Sie bereits selbst durch eine konsequente Mundhygiene zuhause erreichen – unsere ausgebildeten Dentalhygienikerinnen zeigen Ihnen gern, worauf es dabei ankommt. Zusätzlich empfehlen wir Ihnen, in regelmäßigen Zeitabständen eine professionelle Zahnreinigung (PZR) in unserer Praxis durchführen zu lassen. So beugen Sie wirksam Karies und Parodontitis vor und erhalten Ihre Zähne langfristig gesund.

Die Ursachen von Karies und Parodontitis

Sowohl Karies als auch Parodontitis werden von Bakterien in der Mundhöhle verursacht. Die Bakterien verstoffwechseln Kohlenhydrate aus der Nahrung – beispielsweise Zucker – und erzeugen Säuren, die den Zahnschmelz angreifen. Dadurch entsteht Karies.

Neben Karies können die bakteriellen Stoffwechselprodukte auch Zahnfleischentzündungen (Gingivitis) verursachen. Wird eine Gingivitis nicht behandelt, kann daraus eine Parodontitis entstehen, die das Zahnbett in Mitleidenschaft zieht. Dies führt langfristig zum Abbau des Kieferknochens, was eine Lockerung und schließlich den Verlust von Zähnen zur Folge haben kann.

Neben Karies und Parodontitis gibt es weitere Zahnschädigungen wie Abrasionen/Erosionen/Rezessionen, die neben unzureichender Mundhygiene auch durch diverse andere Faktoren verursacht und begünstigt werden. In einer Prophylaxesitzung werden die individuellen Risikofaktoren ermittelt und mit dem Patienten besprochen.

Dentalhygiene und Prophylaxe – unser Behandlungsspektrum

Hinweise zum richtigen Zähneputzen:

Regelmäßiges Zähneputzen ist die Basis jeder Dentalhygiene. Um Zahnbeläge zuverlässig zu beseitigen oder gar nicht erst entstehen zu lassen, ist die richtige Führung der Zahnbürste sehr wichtig. Auch die Form der Zahnbürste, die Härte der Borsten sowie die Abrasivität der Zahnpasta spielen eine wichtige Rolle. In unserer Praxis beraten wir Sie individuell, wie Sie Ihre persönliche Mundhygiene optimieren können.

Verwendung von Zahnseide und Interdentalbürsten:

Die tägliche Zahnpflege mit der Zahnbürste allein reicht nicht für eine wirksame Zahnreinigung aus, denn damit werden höchstens 80 % der Zahnoberflächen erreicht. Um auch die Zahnzwischenräume zuverlässig zu reinigen, ist die regelmäßige Anwendung von Zahnseide und/oder Interdentalbürsten unerlässlich. Unsere Dentalhygienikerinnen zeigen Ihnen gerne, worauf es ankommt und welche Methode für Sie am besten geeignet ist.

Wirkung von Fluoriden:

Fluoride sind ein unverzichtbarer Bestandteil der Zahnpflege, denn sie hemmen die Aktivität der Bakterien, die Karies verursachen. Zugleich unterstützen Fluoride die Remineralisierung des Zahnschmelzes. Neben fluoridhaltigen Zahnpasten empfiehlt sich bei erhöhtem Kariesrisiko die zusätzliche Anwendung von Fluoridgelen oder -lacken.

Versiegelung von Zähnen:

Bei jungen Patienten mit erhöhtem Kariesrisiko kann eine Versiegelung der sogenannten Fissuren in den Kauflächen der Backenzähne mit Hilfe spezieller Kunststoffe sinnvoll sein. Auf diese Weise werden die Vertiefungen der Kauflächen aufgefüllt und lassen sich somit leichter reinigen. Einer Schädigung durch Kariesbakterien wird dadurch vorgebeugt.

Professionelle Zahnreinigung (PZR):

Eine regelmäßig (zwei- bis viermal im Jahr) durchgeführte PZR sichert sowohl die Gesundheit als auch das gute Aussehen Ihrer Zähne und dient der Karies- und Parodontitisprophylaxe. Mit Hilfe von Handinstrumenten, Zahnseide und Schallgeräten werden weiche und harte Zahnbeläge – auch unter dem Zahnfleischsaum – effektiv entfernt, bevor sie Schäden an Zahnfleisch und Kieferknochen verursachen können. Abschließend werden die Zähne mit einer speziellen Polierpaste geglättet, sodass Beläge weniger Angriffsfläche haben – ein sauberer Zahn ist ein gesunder Zahn!

Kinderprophylaxe:

Eine kontinuierliche Prophylaxe in Verbindung mit einer konsequenten Zahnpflege beugt mit dem Durchbruch des ersten Milchzahns Karies vor. Schon die Milchzähne werden gründlich gereinigt, poliert und fluoridiert. Unsere kleinen Patienten und ihre Eltern werden von unseren Dentalhygienikerinnen außerdem über das richtige Zähneputzen beraten und so frühzeitig und kindgerecht an die Grundlagen der Mundhygiene herangeführt.

Prophylaxe bei Implantatpatienten:

Rund um Implantate besteht ein erhöhtes Parodontitisrisiko – die sogenannte Periimplantitis kann bei Nichtbehandlung zum Verlust des Implantates führen. Insbesondere in der Einheilphase ist daher eine regelmäßige zahnärztliche Kontrolle angezeigt. Um Implantate dauerhaft zu erhalten, ist eine lebenslange, regelmäßige Prophylaxe unerlässlich – wie bei natürlichen Zähnen auch.