

# Pflegehinweise

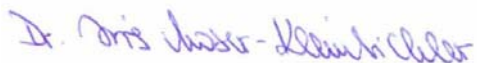
## FESTSITZENDER ZAHNERSATZ (BRÜCKEN, KRONEN, USW.)

Sehr geehrte Patientin,  
Sehr geehrter Patient!

Damit Sie lange und unbeschwert beißen können, ist eine gründliche Pflege Ihres festsitzenden Zahnersatzes unbedingt notwendig und von unschätzbarem Vorteil. Neben der **halbjährlichen Kontrolle** in unserer Ordination, sollen Ihnen die folgenden Pflegetipps dabei behilflich sein, die Lebensdauer Ihres hochwertigen Zahnersatzes zu verlängern.

Bei Fragen stehen wir Ihnen selbstverständlich sehr gerne persönlich zur Verfügung.

Mit besten Grüßen,



Dr. med. dent. Iris Moser-Kleinbichler



## Regelmäßige Zahnreinigung

Um die Zähne und das Zahnfleisch gesund zu erhalten ist es wichtig, dass zuhause eine regelmäßige Vorsorge betrieben wird. Die Ursache für Karies und Zahnfleischerkrankungen sind bakterielle Zahnbeläge (Plaque). Deswegen ist es nötig, Plaque durch regelmäßige und sorgfältige Reinigung der Zähne zu entfernen.

Ein wichtiges Instrument hierfür ist die Zahnbürste. Sie hat idealerweise

- einen kurzen Bürstenkopf, um alle Stellen im Mund gut erreichen zu können
- mittelharte, dünne Kunststoffborsten, die hygienischer sind als Naturhaar-Zahnbürsten
- abgerundete Borstenenden
- einen handlichen Griff

## Putztechnik und Häufigkeit

Man sollte mindestens zweimal am Tag seine Zähne putzen, morgens nach dem Frühstück und abends vor dem Zubettgehen. Besonders wichtig ist, nach dem abendlichen Zähneputzen nichts mehr zu sich zu nehmen, weil die entstehenden Säuren sonst die ganze Nacht auf den Zahn einwirken. Bei der Putztechnik gilt es allgemein, horizontale Putzbewegungen und großen Kraftaufwand zu vermeiden, da das zu Verletzungen an Zahn- und Zahnfleisch führen kann.

Um die Zahnzwischenräume des festsitzenden Zahnersatzes best möglichst reinigen zu können, empfehlen wir Ihnen die Anwendung einer Spezialzahnseide, der sog. **Superfloss**. Hierbei handelt es sich um eine Zahnseide, bestehend aus einem steifen Teil – dieser dient zum einführen in den Zahnzwischenraum – und einem Plüschteil – mit diesem werden Reste aus dem Zahnzwischenräumen entfernt. Sie erhalten dieses Produkt in fast allen Drogeriemärkten oder Apotheken.

## Tipps für ein gepflegtes Lächeln

Es stimmt zwar, dass künstliche Zähne nicht kariös werden können, was aber noch lange nicht bedeutet, dass man auf deren Reinigung verzichten kann. Grundsätzlich pflegt man "Ersatzzähne" genauso wie natürliche, um die Ablagerung von Zahnbelag zu vermeiden. Zahnbeläge führen nicht nur zu Karies, sondern auch zu Mundgeruch und Parodontitis. Besondere Aufmerksamkeit bei der Reinigung sollte man den Kontaktflächen und Nischen zwischen den natürlichen und den künstlichen Zähnen schenken, um einen Kariesbefall der gesunden natürlichen Zähne vorzubeugen. Hierfür werden im Fachhandel spezielle Interdentalbürstchen (zB von ORAL B) oder Zahnseiden (zB Superfloss von ORAL B) angeboten.