

Patienteninformation

Rund um das Thema „Prophylaxe“

Prophylaxe - Vorbeugen statt reparieren !

Die Prophylaxe oder Vorsorge hat die Verhütung von Erkrankungen im Mundbereich zum Ziel. Von Karies und Parodontitis (Zahnfleischerkrankung) sind sehr viele Menschen betroffen. Es sind die häufigsten bakteriellen Infektionserkrankungen, die direkt durch Speichelkontakt übertragen werden. Ist dies unter erwachsenen Partnern vor allem bei der Behandlung von Zahnfleischerkrankungen zu berücksichtigen, so werden Kariesbakterien bereits in der Kindheit von den Eltern auf das Kleinkind übertragen. In unserer modernen Industriegesellschaft leiden bereits über 90% der Gesamtbevölkerung an Karies oder Parodontitis.

Bei der Vorbeugung gegen Karies und Parodontitis reicht regelmäßiges Zähneputzen allein leider nicht aus. Deshalb bieten wir Ihnen ergänzend zur häuslichen Zahnpflege sinnvolle Prophylaxe-Maßnahmen an, die von Dentalhygienikerinnen in unserer Praxis durchgeführt werden. **So können Sie optimal mit dem Ziel der Gesunderhaltung vorsorgen!**

Die **professionelle Zahnreinigung – PZR** – besteht unter anderem darin, alle Zahnflächen, auch diejenigen, die beim täglichen Zähneputzen kaum oder gar nicht erreicht werden können, von allen harten, weichen und bakteriellen Zahnbelägen zu reinigen, sie zu polieren und anschließend zu flouridieren. Die Pflege der Zungenoberfläche gehört ebenfalls zur umfassenden Reinigung. Auch hier können sich Bakterien festsetzen und für Mundgeruch und Erkrankungen sorgen. Die Beseitigung der Mikroplaque und das Biofilmmangement dienen der Reduktion der Bakterien und damit der gesamten Gesundheit. Dabei geht die PZR viel weiter als die Belagentfernung im Rahmen der üblichen Kontrolluntersuchung, welche vor allem die Zahnsteinentfernung zum Ziel hat.

Für unsere Kleinsten bieten wir in kindgerecht verständiger Form unsere „**Zahnputzschule**“ von Anfang an. Dort erhalten auch Sie als Eltern Informationen und individuelle Tipps zur Gesunderhaltung der Zähne.

Professionelle Zahnreinigung „light“ - Schönheitskur für Ihre Zähne

Genussmittel wie Tee, Kaffee, Rotwein, Nikotin, Lakritze aber auch Therapeutika wie Eisenpräparate, Mundspülungen (z.B. mit Chlorhexidin) und manche Antibiotika können zu unschönen und störenden Belägen auf den Zähnen führen. In unserer Praxis können diese unästhetischen Beläge durch verschiedene Methoden entfernt werden.

Die **kosmetische Zahnreinigung** beinhaltet im Gegensatz zur professionellen Zahnreinigung nicht die Reinigung der Zahnfleischtaschen und der schwer zugänglichen Zahnzwischenräume, sondern die Entfernung hartnäckiger Beläge mittels eines Pulverstrahlgerätes („**Air-flow**“) und die Belagentfernung durch kleine Bürstchen und Gummikelche in Verbindung mit unterschiedlichen Polierpasten.

Danach werden die gereinigten Zahnoberflächen zur Versiegelung mit einem Fluorid-Lack überzogen.



Patienteninformation

Kinderprophylaxe

Jedem Kind möchten wir einen angstfreien Start in unserer Praxis ermöglichen. Die jungen Jahre sind entscheidend für die spätere Zahngesundheit Ihrer Kinder! Deshalb sollte schon bei den Kleinsten auf die optimale Zahnpflege geachtet werden.

Die Prophylaxe des Milchgebisses beginnt schon mit einer individuellen Prophylaxe während der Schwangerschaft und hilft den Eltern gravierende Fehler in den ersten Phasen der Zahnentwicklung bei den Kleinen zu vermeiden.

Dem Milchzahngewebiss kann gar nicht genug Beachtung geschenkt werden, denn es bildet das Fundament für die bleibenden Zähne. Die Gesunderhaltung der Milchzähne ist eine der wichtigsten zahnärztlichen Maßnahmen im Hinblick auf eine optimale Entwicklung des bleibenden Gebisses.

Frühzeitiger Milchzahnverlust basiert fast immer auf einer Kombination aus unzureichender Mundhygiene und falscher – also zu zuckerreicher – Ernährung. Dies führt häufig zu vielfältigen Schädigungen im Gebiss.

Unser Prophylaxe-Programm bei Kindern und Jugendlichen umfasst

- liebevolles und spielerisches Heranführen der Kleinsten an die regelmäßigen Kontrolluntersuchungen
- Putzkontrollen und -training in unserer „Zahnputzschule“ durch Anfärben und gründliche Reinigung der Zähne
- Vermittlung altersgerechter Putztechniken
- Ernährungsberatung hinsichtlich zahngesunder Lebensmittel
- zusätzliche Maßnahmen wie Zufuhr von Fluoriden mittels Zahnpasta, Speisesalz und eventuell Tabletten
- lokale Fluoridierung der Zähne zur Härtung des Zahnschmelzes
- Fissurenversiegelung der Backenzähne mit einer dünnen Kunststoffschicht
- Individualprophylaktische Betreuung der Jugendlichen bis zum 18. Lebensjahr

Die prophylaktischen Maßnahmen zur Vermeidung von Zahnschäden beginnen bereits zwischen dem 2. und 6. Lebensjahr. Ab dem 6. bis zum 18. Lebensjahr wird die Individualprophylaxe dann umfangreicher. Wir erinnern Sie und Ihr Kind rechtzeitig an die Vorsorge- / Prophylaxe-Termine durch unser Recall-System.

Parodontalmedizin – Zahnbetterkrankung

Mehr als 80 % aller Erwachsenen haben Zahnfleischprobleme. Ihr Zahnfleisch ist gerötet, geschwollen und blutet bei leichter Berührung oder beim Zähneputzen. Die Ursache dafür sind bakterielle Beläge auf den Zahnoberflächen und in den Zahnzwischenräumen. Diese Symptome einer Entzündung nennt man in der Fachsprache „Gingivitis“ (Zahnfleischentzündung). Werden Zahnfleischentzündungen nicht rechtzeitig oder nicht fachgerecht behandelt, so können sich diese auf das angrenzende Zahnbett ausdehnen und in eine so genannte Parodontitis übergehen.

...für gesunde
schöne Zähne!



Patienteninformation

Infektionskrankheit Parodontitis

Unter Parodontitis – früher auch als Parodontose bezeichnet – versteht man den entzündlichen Abbau des gesamten Zahnhalteapparates. Das gerötete und geschwollene Zahnfleisch ist empfindlich und zieht sich in den Zahnzwischenräumen zurück. Die in diesen Zahnfleischtaschen befindlichen Bakterien produzieren Giftstoffe, die auf die Immunabwehr und das umliegende Gewebe einwirken. Der darunterliegende Knochen wird abgebaut, die Zähne wirken länger und werden lockerer. Die Parodontitis ist eine ernst zu nehmende Erkrankung, die dem gesamten Organismus schaden kann. Studien belegen ein erhöhtes Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Herzinfarkt und Schlaganfall, ebenso gilt dies für Gelenk- und Nierenerkrankungen. Langzeit-Untersuchungen haben aufgezeigt, dass Parodontitis bei Schwangeren eine Frühgeburt auslösen kann, zu einem niedrigeren Geburtsgewicht oder zu Herzerkrankungen beim Baby führen kann.

Dabei ist die Therapie der Wahl die Reduzierung der Belastung mit Bakterien, also eine dauerhafte Keimreduzierung durch Entfernung der Beläge und harten Ablagerungen oberhalb des Zahnfleischrandes und auf den Wurzeloberflächen. Die Optimierung der häuslichen Mundhygiene gehört zur Initialtherapie während der professionellen Zahnreinigung (PZR). Tiefere Zahnfleischtaschen, typisch für eine fortgeschrittene Parodontitis, machen eine Parodontalbehandlung und mitunter auch einen chirurgischen Eingriff notwendig. Bei entsprechender Indikation können hierbei auch regenerative (knochenaufbauende) Verfahren wie die Membrantechnik zum Einsatz kommen. Dank moderner molekularbiologischer Tests können die dafür verantwortlichen Keime bestimmt und mittels gezielter Antibiose eliminiert werden. Eine optimale Nachsorge (Recall) mit engmaschigen Terminen sichert den anhaltenden Erfolg einer Zahnfleischbehandlung.

Prophylaxe zu Hause

Häusliche Mundpflege – entscheidend für gesunde Zähne und gesundes Zahnfleisch

Das Zähneputzen ist heutzutage Bestandteil unserer täglichen (Körper-) Pflege. Zu einer guten Mundpflege gehört aber viel mehr: Zahnzwischenräume und Zunge sollen ebenfalls gereinigt werden! Wie erfolgreich die individuellen Maßnahmen für die Gesundheit der Zähne sind, hängt dabei wesentlich vom individuellen Erkrankungsrisiko, vom eigenen Engagement, von der Qualität der Mundpflege und von den richtigen Hilfsmitteln ab.

Das beginnt mit dem Zähneputzen!

Die Zähne sollten zweimal am Tag geputzt werden. Für die gründliche Reinigung benötigt man mindestens 2 Minuten. Allerdings sollte man sich an folgende Regeln halten. Erstens: nach System vorgehen und jeden Zahn einzeln reinigen, dabei keine Zahnfläche vergessen. Zweitens: nicht zu stark aufdrücken. Drittens: nicht horizontal schrubben! Kriterien für die richtige Zahnbürste sind schonende und weiche, abgerundete Kunststoffborsten und ein kleiner Bürstenkopf. Elektrische Zahnbürsten erleichtern durch ihre spezielle Technik die Zahnpflege und bewirken dabei auch noch eine Zahnfleischmassage. Bei der Wahl der Zahnpasta sollten Patienten darauf achten, dass sie ausreichend Fluorid enthält. Dies fördert die Mineralisation des Zahnes und schützt vor der Demineralisation der Zahnschmelze durch bakteriell gebildete Säuren.

Auch die Zahnzwischenräume sollten einmal am Tag - am besten abends - mittels spezieller Bürstchen oder Zahnseide ausreichend gereinigt werden. Die Prophylaxe-Assistentin erklärt gerne die Handhabung aller Hilfsmittel!

...für gesunde
schöne Zähne!



Patienteninformation

Hauptursache für Mundgeruch liegt nicht im Bereich des Magen-Darm-Traktes oder des Stoffwechsels. In etwa 90 % der Fälle sind die Auslöser von Mundgeruch Bakterien in der Mundhöhle, in Zahnzwischenräumen, im Zahnbelag, in entzündeten Zahnfleischtaschen und auf der Oberfläche der Zunge. Deshalb sollte die Zunge ebenfalls täglich mit einem speziellen Zungenschaber gereinigt werden.

Prophylaxe : Fitness für Ihre Zähne!

Professionelle Zahnreinigung (PZR) - Wellness für die Zähne

Am Anfang der Prophylaxesitzung steht eine gründliche Untersuchung der Mundhöhle durch unsere Fachkräfte und die Aufklärung und Demonstration einer adäquaten Mundhygiene, um ein speziell auf jeden Patienten abgestimmtes Prophylaxeprogramm auch hinsichtlich der richtigen Ernährung anbieten zu können. Danach werden alle weichen und mineralisierten Beläge von den Zahnoberflächen und den Zahnzwischenräumen mit Hand- und Ultraschallinstrumenten entfernt. Sind bereits erste Anzeichen einer Parodontitis sichtbar, kann durch die gründliche Reinigung der Zahnfleischtaschen von tieferen Bakterienbelägen effektiv der Parodontitis vorgebeugt werden.

Auch Verfärbungen durch Kaffee, Tee, Rotwein oder Zigaretten, ein typisches Raucher- bzw. Kaffee-/Teetrinker-Problem, also eigentlich eher ein kosmetisches Problem, werden durch den Einsatz von Spezialinstrumenten, zum Beispiel eines Pulverstrahlgerätes („Air-Flow“) beseitigt. Die Zähne werden hierbei durch einen feinen Sprühstrahl mit einer Salz-Pulver-Wasser-Lösung abgestrahlt, um auch hartnäckige Beläge zu entfernen.

Da Bakterien sich zuerst wieder an rauen Stellen und Nischen festsetzen, folgt im Anschluss die Politur der Zahnoberflächen mit kleinen Bürstchen, Gummikelchen und Polierpaste. Eine absolut glatte Zahnoberfläche erschwert die erneute Anlagerung von Plaque und führt zu einem eng anliegenden und straffen Zahnfleisch. Im Anschluss daran werden die Zähne flouridiert und freiliegende Zahnflächen mit Hilfe eines Flouridlacks versiegelt. Das macht die Zähne härter und schützt die Zahnoberflächen vor Säureangriffen durch Mundbakterien.

Über die Abstände für die künftigen Zahnreinigungen werden Sie im Anschluss an die PZR von unseren Prophylaxefachkräften beraten. In der Regel sind die so genannten einstündigen Recall-Sitzungen im Abstand von 4 bis 6 Monaten ausreichend, um das Risiko an einer Parodontitis zu erkranken weitreichend zu vermeiden.

Regelmäßige PZR – das Beste, was Sie für Ihre Zähne tun können!

Mit regelmäßigen Kontrollen, professioneller Zahnreinigung und konsequenter Mundhygiene lassen sich die meisten Karies- und Parodontitis-Erkrankungen vermeiden. Ihre Zähne sind sehr wertvoll. Pflegen Sie Ihre Zähne so, dass sie diese ein Leben lang gesund erhalten.

Auf lange Sicht können Sie sich nicht nur viel Geld, sondern vor allem Schmerzen und langwierige Behandlungen sparen.



Patienteninformation

Halitosis – Mundgeruch

Fast 30 % der Bevölkerung leiden unter schlechtem Mundgeruch! Weit verbreitet ist leider die falsche Ansicht, dass sich hinter diesem Mundgeruch eine Erkrankung des Magens verbirgt. Quelle des unangenehmen Geruchs sind aber in erster Linie bakterielle Beläge in den Zahnfleischtaschen, in den Zahnzwischenräumen und auf der Zunge. Bei 53% der Patienten war eine chronische Zahnfleischentzündung und bei weiteren 28% ein starker Zungenbelag hauptverantwortlich für den Mundgeruch. Eher selten sind chronische Entzündungen im Nasen-, Rachenraum oder Magen-, Darmerkrankungen dafür verantwortlich. Generell muss auch ein unentdeckter Diabetes abgeklärt werden.

Starkes Rauchen oder scharf gewürztes Essen können vorübergehend gerade bei zu geringer Flüssigkeitszufuhr zu trockenem „smokers breath“ führen, der aber nicht mit echter Halitosis verwechselt werden darf.

In unserer Praxis erfolgt die Therapie in mehreren Phasen.

Nach Untersuchung und Besprechung wird mittels professioneller Zahnreinigung der bakterielle Belag entfernt. Die Beseitigung der Mikroplaque und das Biofilmmangement dienen der Reduktion der Bakterien und damit der Mundgeruchshemmung.

Durch Instruktion zur häuslichen Reinigung mit speziellen Bürsten kann schon ein erstes Erfolgserlebnis verzeichnet werden.

Falls bei den Folgesitzungen eine tiefergehende Behandlung als notwendig erachtet wird, erfolgt eine Parodontaltherapie.

