LUNOS®
VOR FREUDE STRAHLEN

GESUND IM MUND?!
FÜR EIN STRAHLENDES LÄCHELN.

DÜRR DENTAL
DAS BESTE HAT SYSTEM

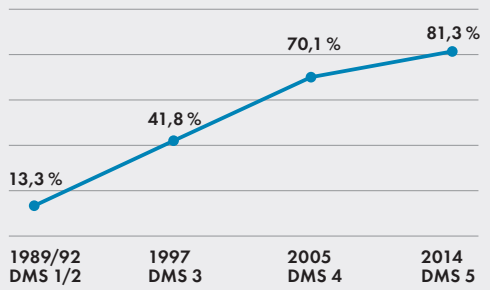
LUNOS®
VOR FREUDE STRAHLEN

PROPHYLAXE FÜR SIE!

Auf die eigene Mundgesundheit zu achten lohnt sich, denn mit einem gesunden Lächeln fühlt sich jeder wohler und selbstsicherer. Durch eine gezielte Vorsorge können Zähne bis ins hohe Alter erhalten bleiben. Heute ist klar: Alle haben vom Umdenken bei der eigenen Mundhygiene und von Prophylaxemaßnahmen in der Zahnarztpraxis profitiert. Das bestätigen die Ergebnisse der aktuellen 5. Deutschen Mundgesundheitsstudie, der größten Erhebung ihrer Art in Deutschland.

Nur noch zwei von zehn Zwölfjährigen haben heute Karies. Im Zeitraum von 1997 bis 2014 hat sich die Anzahl kariesfreier Gebisse beinahe verdoppelt. Auch die Ältesten unter uns sind heute deutlich seltener völlig zahnlos, nur noch jeder Achte ist betroffen (1997: jeder Vierte*). Zu diesem Erfolg hat eine konsequente Kariesprophylaxe beigetragen, aber auch das Bedürfnis vieler Menschen, länger aktiv und attraktiv zu bleiben.

Entwicklung der kariesfreien Gebisse bei Kindern (12- bis 14-Jährige)



DMS: Deutsche Mundgesundheitsstudie.*

***Siehe Daten der 5. Deutschen Mundgesundheitsstudie.**

DIE UNTERSUCHUNG HAT ABER AUCH GEZEIGT:

Das Risiko für Erkrankungen des Zahnhalteapparats steigt weiter an. Die häufigste Form dieser Erkrankungen ist die Parodontitis (Zahnbettentzündung), bei der sich krank machende Bakterien in Taschen im Zahnfleischsaum einnisten. Sie ist nach dem 45. Lebensjahr die häufigste Ursache für den Verlust von Zähnen.

Umso wichtiger ist es, verstärkt auf vorbeugende Maßnahmen, Früherkennung und die rechtzeitige Behandlung von Krankheiten zu setzen – kurzum: auf die Prophylaxe!

RICHTIG PUTZEN!

Eine gute Mund- und Zahngesundheit fängt beim regelmäßigen und sorgfältigen Putzen an.

Allgemein empfehlen Zahnärzte, mindestens zweimal täglich die Zähne zu putzen. Wichtig ist, dass dabei alle Zahnflächen erreicht werden. Putzen mit System, z. B. nach der KAI-Methode, macht hier die „Arbeit" leichter:

Erst **K** (Kauflächen), dann **A** (Außenflächen) und abschließend **I** (Innenflächen).

Bei den Jüngsten sollten die Eltern bereits bei Durchbruch des ersten Milchzahnes damit beginnen, die Zähne ihres Kindes täglich mit einer sehr weichen Zahnbürste zu putzen. Eine erbsengroße Menge Kinderzahncreme, ggf. mit reduziertem Fluoridgehalt, sollte einmal täglich verwendet werden. Ab dem zweiten Lebensjahr kann eine fluoridhaltige Kinderzahncreme zweimal täglich verwendet werden. Ältere Kinder (ab sechs Jahren) können eine Erwachsenenzahncreme verwenden.

Der Einsatz einer elektrischen Zahnbürste hat sich bewährt, kann besonders bei Kindern motivierend wirken und erleichtert in manchen Fällen das Putzen.

Eine gute Zahn- und Mundhygiene sollte aber auch mit einer Handzahnbürste beherrscht werden.

Auch die Zahnzwischenräume brauchen Beachtung, denn mit dem Putzen der sichtbaren Zahnflächen ist es nicht getan. In den Zahnzwischenräumen sammeln sich Bakterien und verursachen Beläge, die Karies oder Entzündungen des Zahnfleischs hervorrufen können. Zahnseide und Zahnzwischenraumbürsten kommen hier am besten zum Einsatz.

Zungenreiniger entfernen den Bakterienbelag auf der Zunge, der z. B. auch der Grund für Mundgeruch sein kann.

Zusätzlich können zuckerfreie Kaugummis für ein bakterienunfreundliches Milieu im Mund sorgen. Sie regen den Speichelfluss an und können daher insbesondere zwischen den Mahlzeiten einen kariesprophylaktischen Effekt haben.

Nähere Informationen zu diesem Thema, z. B. zum Fluoridgehalt oder zur Putztechnik, erhalten Sie von Ihrem Prophylaxeteam.

GUTE MUNDHYGIENE HÖRT ABER NICHT BEIM PUTZEN AUF.

EINE GUTE MUNDHYGIENE UND EINE GESUNDE ERNÄHRUNG sind wichtige Voraussetzungen, um Karies und Parodontitis entgegenzuwirken. Hartnäckige Ablagerungen und bakterielle Beläge (Plaque) an schwer zugänglichen Zahnflächen erfordern eine zusätzliche professionelle Zahnreinigung (PZR) in der zahnärztlichen Praxis – das gilt für Menschen in jedem Alter und mit oder ohne Zahnersatz.

FÜR KINDER (AB VORSCHULALTER) empfiehlt sich die Kinderprophylaxe mit einer individuellen Kinderzahnreinigung und ggf. einer Fissurenversiegelung. Fissuren sind die Furchen, die ein Zahn auf der Kaufläche zwischen den Höckern hat. Hier bleiben leicht Nahrungsreste hängen, die sich kaum wegputzen lassen und das Risiko der Kariesentstehung erhöhen.

JEDER MENSCH HAT PROPHYLAXEBEDARF ...

... nur kann der sehr unterschiedlich aussehen.

KINDER

Obwohl Milchzähne nicht für immer erhalten bleiben, haben sie wichtige Aufgaben. Sie dienen als Platzhalter für die bleibenden Zähne und verringern die Gefahr von Fehlstellungen. Für die allgemeine Gesundheit des Kindes, für die Sprachentwicklung und die Ernährung ist ein intaktes Milchgebiss ebenfalls förderlich.

Milchzähne sind besonders empfindlich und kariesgefährdet, weil der Zahnschmelz weniger mineralisiert ist. Kinder können noch nicht so gut allein putzen oder sind oft schwer zur Mundhygiene zu motivieren. Zudem essen die meisten mit Vorliebe Süßes. Für ein gesundes Gebiss sollten möglichst früh die Weichen richtig gestellt werden. Ihr Prophylaxeteam berät Sie hier fachkundig!

KINDER UND JUGENDLICHE IM ZAHNWECHSEL UND PATIENTEN IN KIEFERORTHOPÄDISCHER BEHANDLUNG

Prophylaxe bei Jugendlichen dient in der Hauptsache zur Unterstützung einer eigenverantwortlichen Mundhygiene.

Fest sitzende Zahnspangen sind an sich nicht schädigend für die Zähne, und wer stets gründlich putzt, wird auch keine Schädigung davontragen. Jedoch wird das alltägliche Zähneputzen durch die auf den Zahn aufgeklebten Plättchen, sogenannte Brackets, und die daran befestigten Metallbogen deutlich schwieriger. Beläge rund um die fest auf den Zähnen aufgebrachten Befestigungsteile können Karies verursachen oder für das Entstehen einer Zahnfleischentzündung verantwortlich sein. Hier ist eine gute Beratung und Aufklärung über die geeignete Putztechnik und Mundhygienehilfsmittel enorm wichtig.

INDIVIDUALPROPHYLAXE FÜR ERWACHSENE

Hier steht die Gesunderhaltung der Zähne im Vordergrund. Bei der täglichen Mundhygiene zu Hause sind manche Zahnbereiche mit der Zahnbürste oder anderen Hilfsmitteln nur schwer zugänglich. Gerade hier entstehen bakterielle Beläge, die Zähne und Zahnfleisch schädigen. Eine regelmäßige professionelle Entfernung dieser Beläge ist deshalb zu empfehlen.

Insbesondere Patienten mit fest sitzendem oder herausnehmbarem Zahnersatz profitieren von der professionellen Unterstützung durch das zahnärztliche Prophylaxeteam. Zahnersatz braucht meist spezielle und individuelle Pflege. Hier setzt die gezielte Mundhygieneinstruktion und professionelle Zahnreinigung an und unterstützt den Patienten beim langfristigen Erhalt von eigenen Zähnen und Zahnersatz.

RAUCHER

Raucher leiden häufiger unter Zahnbetterkrankungen wie Parodontitis, weil sie durch die regelmäßige Nikotineinwirkung stärker zu Entzündungen neigen. Der Verlauf der Parodontitis ist hier deutlich schwerer. Besonders tückisch ist, dass typische Anzeichen wie Schwellung, Rötung und Blutung des Zahnfleischs fehlen, da sie durch das Nikotin unterdrückt werden. Hier kann die regelmäßige Kontrolle und professionelle Reinigung bereits beginnende Zahnbetterkrankungen erkennen und diesen frühzeitig entgegenwirken.

SCHWANGERE

Die Redewendung „Ein Kind kostet einen Zahn“ gilt zum Glück nicht mehr, aber die Prophylaxe spielt in der Schwangerschaft eine wichtige Rolle. Durch die hormonelle Umstellung lockert sich das Bindegewebe und es kann häufig zu Zahnfleischentzündungen und -schwellungen kommen. Etablieren sich solche parodontalen Erkrankungen und bleiben sie unbehandelt, birgt dies ein gewisses Risiko für eine Frühgeburt oder ein niedriges Geburtsgewicht des Neugeborenen. Während der Schwangerschaft empfehlen sich daher zwei Vorsorgetermine. Nach einer eingehenden Untersuchung erfolgt eine professionelle Zahnreinigung zur Reduzierung der Keimzahl im Mund. Durch anschließende regelmäßige Vorsorgetermine kann ein entzündlicher Prozess frühzeitig erkannt und gezielt behandelt werden. Ihr Prophylaxeteam gibt Ihnen auch gerne nützliche Hinweise zur Mundhygiene und Ernährung für die Zeit der Schwangerschaft und danach.

MENSCHEN MIT ZAHNBETTERKRANKUNGEN, Z. B. PARODONTITIS:

Parodontitis als chronische Erkrankung bedarf einer dauerhaften Erhaltungstherapie, um den erreichten Behandlungserfolg zu sichern. Bei dieser werden regelmäßig bakterielle Beläge entfernt, wodurch das Wiederaufflammen und Voranschreiten dieser entzündlichen Zahnbetterkrankung besser kontrolliert werden kann.

ÄLTERE MENSCHEN

Gesunde Zähne bis ins hohe Alter sind das Ziel langfristiger Prophylaxemaßnahmen. Viele Senioren sind vital und fit und profitieren in den Prophylaxesitzungen hauptsächlich von der unterstützenden und besonders gründlichen Reinigung und Pflege von Zähnen, Zahnersatz und Prothesen. Manchmal verändern sich motorische Fähigkeiten und die häusliche Zahnpflege braucht mehr Unterstützung oder die Beratung zu geeigneten Hilfsmitteln.

PFLEGEBEDÜRFTIGE

Sie sind oft nicht mehr in der Lage, ihre Zähne oder Prothesen selbst zu pflegen, einen Zahnarzttermin zu organisieren oder eine Praxis allein aufzusuchen. Hier kann gezielte professionelle Unterstützung des Prophylaxeteams in Verbindung mit Angehörigen oder Pflegekräften eine große Hilfe sein.

MENSCHEN MIT CHRONISCHEN ERKRANKUNGEN

Chronische Allgemeinerkrankungen wie Diabetes beeinflussen die Mundgesundheit und stehen in engem Zusammenhang mit Entzündungen des Zahnhalteapparats.
Bei regelmäßiger Einnahme von Medikamenten kommt es häufig zur Nebenwirkung „Mundtrockenheit“. Dann fehlt der zahnumspülende Speichel, der die Zähne mit Feuchtigkeit und Mineralien versorgt und schützt. Ihr Praxisteam bespricht gerne mit Ihnen eine individuelle Vorsorge.

PROFESSIONELLE ZAHNREINIGUNG – WAS PASSIERT HIER GENAU?

Schritt für Schritt zum strahlenden Lächeln.

1. UNTERSUCHUNG DER GESAMTEN MUNDHÖHLE

Zu Beginn der Professionellen Zahnreinigung (PZR) werden Zähne und Zahnfleisch genau untersucht. Es wird aber auch auf mögliche krankhafte Veränderungen in der gesamten Mundhöhle, z. B. im Bereich der Mundschleimhaut oder der Zunge, geachtet.

2. VORBEREITUNG

Um die Menge der Bakterien in der Mundhöhle zu reduzieren, kann der Mund vorab mit einer speziellen Lösung, z. B. Lunos® Mundspüllösung von Dürr Dental, gespült werden. Oft werden außerdem die Beläge auf den Zähnen angefärbt. Dies dient zum einen der Arbeitskontrolle beim Entfernen der Beläge, zum anderen kann es dem Patienten zeigen, wo sich hartnäckige Beläge verstecken. Die eigene Mundhygiene kann dadurch optimiert werden.

3. ENTFERNEN VON WEICHEN UND HARTEN BELÄGEN

Alle erreichbaren Zahnoberflächen, auch die Bereiche zwischen den Zähnen und die Zahnfleischtaschen, werden mithilfe von speziellen Instrumenten und Geräten (z. B. Ultraschallverfahren wie dem Vector System von Dürr Dental) von weichen und harten Belägen, z. B. Zahnstein, befreit. Diese Beläge können nur professionell von Ihrem Prophylaxeteam entfernt werden.

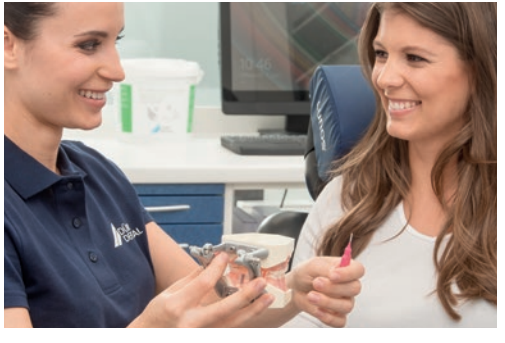
In diesem Arbeitsschritt lassen sich auch Zahnverfärbungen, wie beispielsweise durch Kaffee, Tee oder Nikotin, gründlich entfernen. Hier kommen u. a. Pulverstrahlgeräte (z. B. MyLunos von Dürr Dental) zum Einsatz. Diese „strahlen" mithilfe von speziellen Reinigungspulvern die Beläge besonders sanft vom Zahn.

4. POLIEREN

Weil sich an glatten Oberflächen Keime nur sehr schlecht ansiedeln können, werden die Zähne nach der professionellen Reinigung poliert, z. B. mit der Lunos® Polierpaste. So können sich Beläge und Zahnstein nicht so rasch wieder festsetzen. Die Politur eignet sich auch zur wirksamen Entfernung von weichen Belägen und Zahnverfärbungen.

5. FLUORIDIEREN

Zum Schutz und zur Stärkung des Zahnschmelzes erfolgt am Ende der PZR-Sitzung eine Behandlung mit Fluorid, das z. B. in Form von Lack oder Gel aufgetragen wird. Konzentriertes Fluorid eignet sich auch zur Intensivbehandlung besonders kariesgefährdeter oder hypersensibler Zähne. Im Rahmen der Kinder- und Jugendprophylaxe können z. B. die Kauflächen der Backenzähne mithilfe dünn fließender Kunststoffmaterialien, z. B. mit Lunos® Fissurenversiegelung, versiegelt und besser vor Karies geschützt werden.



6. BERATUNG

Als letzten Schritt der PZR-Behandlung erhält der Patient eine auf seinen persönlichen Bedarf abgestimmte Anleitung zur Pflege von Zähnen und Zahnfleisch. Zudem bekommt er Empfehlungen für Hilfsmittel wie Zahnzwischenraumbürsten oder Zahnseide, um die eigene Mundhygiene zu Hause zu optimieren.

Zum Abschluss wird für jeden Patienten individuell definiert, in welchem Zeitabstand die nächsten Prophylaxesitzungen idealerweise stattfinden sollten.

GESUND IM MUND?! WAS SIE SELBST DAFÜR TUN KÖNNEN

Um Karies und Erkrankungen des Zahnfleischs und des Zahnhalteapparats zu vermeiden und die Zähne so lang wie möglich gesund und stark zu erhalten, helfen Ihnen folgende Tipps:

- **Mindestens zweimal täglich Zähne putzen** nach den individuellen Empfehlungen Ihres Prophylaxeteams.
- **Hilfsmittel** wie Zahnseide oder Zahnzwischenraumbürsten zur Reinigung besonders schwer zu erreichender Stellen zusätzlich zur Zahnbürste verwenden.
- **Professionelle Prophylaxemaßnahmen** wie professionelle Zahnreinigung (PZR) oder Kinder- und Jugendprophylaxe in Anspruch nehmen.
- **Regelmäßige Kontrolle beim Zahnarzt:** Erwachsene mindestens einmal pro Jahr, Kinder halbjährlich. Hier wird nicht nur die Gesundheit von Zähnen und Zahnfleisch überprüft, sondern auch auf mögliche krankhafte Veränderungen der Mundschleimhaut geachtet. Wer die regelmäßigen Checks in das Bonusheft eintragen lässt, bekommt im Bedarfsfall von der Krankenkasse einen höheren Zuschuss für Zahnersatz.

Praxisstempel

DÜRR DENTAL SE
Höpfigheimer Str. 17
74321 Bietigheim-Bissingen
Germany
www.duerrdental.com
www.lunos-dental.com
info@duerrdental.com

P007100110L01

DÜRR DENTAL
DAS BESTE HAT SYSTEM