

**Prof. Hademar Bankhofer:**

## Zahnstein muss weg!

Zahnstein ist gefährlicher, als viele Menschen denken. Er entwickelt sich aus bakterieller Plaque, die beim Zähneputzen nicht entfernt wurde. Mit der Zeit wird der Zahnstein immer dicker und wächst nach allen Seiten, auch ins Zahnfleisch hinein. Hier entstehen Entzündungen, das Zahnfleisch bildet sich zurück, Parodontitis droht. Zahnstein lagert sich an Naturzähnen ebenso ab wie an Prothesen, Kunststoff- und Porzellan-Zähnen. Er ist hart wie Kesselstein, die normale Zahnbürste kann ihm nichts anhaben. Es ist daher wichtig, alle sechs Monate zum Zahnarzt zu gehen, damit dieser etwaigen Zahnstein entfernen kann.

Wer anschließend eine erneute Zahnsteinbildung verhindern oder zumindest gering halten möchte, sollte 30 bis 40 Minuten nach jeder Mahlzeit gründlich – also etwa drei Minuten lang – die Zähne putzen und einmal am Tag auch die Zwischenräume: mit Zahnseide, mit Interdental-Bürsten oder mit einer Munddusche.

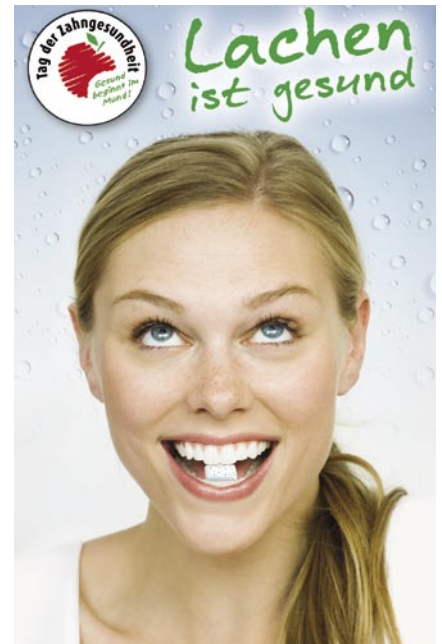


Prof. Hademar Bankhofer befasst sich seit 35 Jahren als Buchautor und TV-Gesundheitsexperte mit dem Thema Prävention.

PROMOTION

## Wer fleißig kaut, hat gut lachen

„Gesund beginnt im Mund – Lachen ist gesund“, so lautete das Motto beim diesjährigen Tag der Zahngesundheit. Und die Bilanz kann sich sehen lassen: Die Mundgesundheit insbesondere von Kindern und Jugendlichen hat sich in den letzten 20 Jahren stetig verbessert. Zur Zahngesundheit trägt auch das Kauen von zuckerfreiem Kaugummi bei (z. B. Wrigley's Extra Professional Polar-Frisch mit Minz-Geschmack). Der neue Kaugummi fördert – zwischendurch gekaut – die Remineralisierung des Zahnschmelzes und sorgt obendrein für frischen Atem. Wissenschaftlich ist erwiesen: Wer zusätzlich zum Zähneputzen regelmäßig nach dem Essen und Trinken zuckerfreie Kaugummis kaut, kann das Kariesrisiko deutlich reduzieren.



## Elektrische Zahnbürsten putzen besser

„Mit ausgewählten elektrischen Zahnbürstentechnologien kann eine gründlichere Plaque-Entfernung als mit Handzahnbürsten erreicht werden.“ So lautet das Fazit eines von P&G Oral Health initiierten Expertengesprächs, bei dem acht renommierte Zahnmediziner aus



Deutschland die aktuelle Studienlage analysierten. Wissenschaftliche Untersuchungen bescheinigen vor allem oszillierend-rotierenden Elektrozahnbürsten (zum Beispiel von Oral-B) im Vergleich zur Handzahnbürste „eine bessere Plaque-Entfernung und eine stärkere Verringerung von Zahnfleischentzündungen“. Elektrische Zahnbürsten, so die Experten, erleichtern das systematische Putzen: Hilfreich seien dabei elektronische Zusatzfunktionen wie Zeit- und Andruckkontrolle.

## 5 Jahre Versicherungsschutz für Implantat-Versorgungen

Anstelle von Kronen, Brücken oder Prothesen lassen sich immer mehr Menschen Implantate einsetzen. Die künstlichen Zahnwurzeln werden biss- und wackelfest in den Kieferknochen eingeschraubt – anschließend kann der Zahnarzt darauf je nach Bedarf Einzelzähne, Brücken oder Prothesen montieren (Suprakonstruktion). Implantate sollten natürlich möglichst lange halten. Für Zahnersatz, der mit BEGO-Implantaten ausgeführt wird, gewährt der Hersteller einen Versicherungsschutz von fünf Jahren. Bei Einsatz von ausgewählten BEGO Dentalmaterialien und dem Kauf von Versicherungscoupons für die eingesetzten Legierungen ist auch die Suprakonstruktion für bis zu 5 Jahre versichert. Bei einer Reparatur oder Neuanfertigung ist neben den Kosten für Material und Laborarbeiten auch das Zahnarzt Honorar – soweit es nicht von der Krankenkasse oder einer Zusatzversicherung erstattet wird – eingeschlossen.

Weitere Informationen unter: [www.bego-implantology.com](http://www.bego-implantology.com)