

Moderne Zahnpflege: Die Lücke schließen

Respekt vor unseren Zähnen: Sie leisten jeden Tag Schwerstarbeit. Statistisch gesehen zerbeißen sie im Laufe eines Menschenlebens unter anderem 8.028 Äpfel, 5.192 Brote, 3 Rinder und 45 Schweine. Das hinterlässt Spuren – besonders zwischen den Zähnen. Mit der Zahnbürste können die Kauflächen sowie die seitlichen Zahnflächen meist mühelos gesäubert werden. Ganz anders sieht es in den Zahnzwischenräumen aus: Täglich sammeln sich hier Speiserückstände an. Werden diese nicht regelmäßig beseitigt, zersetzen sie sich zu einem Biofilm

(Plaque), der eine besondere Gefahr für Zähne (Karies) und Zahnfleisch (Parodontitis) bedeutet. Feine Interdentalbürsten, die es in verschiedenen Größen in der Apotheke oder

beim Zahnarzt gibt, sorgen bei der abendlichen Zahnpflege für eine gründliche Reinigung der Zwischenräume. Mehr Informationen unter www.tepe.com.



Neue Wechselköpfe für elektrische Zahnbürsten



Die elektrische Mundhygiene hat sich etabliert: Laut einer repräsentativen Forsa-Umfrage verwendet mittlerweile jeder fünfte Bundesbürger ausschließlich eine elektrische Zahnbürste, und weitere zwölf Prozent putzen abwechselnd mit ihrem Elektromodell und einer Handzahnbürste. Beim Nachkauf der Wechselköpfe für elektrische Zahnbürsten gab es bisher allerdings nur wenig Alternativen – viele Anwender sind sogar überzeugt, dass es für ihr Zahnbürstenmodell nur einen passenden Wechselkopf gibt. Doch bei den Aufsteckbürsten bestehen jetzt durchaus Wahlmöglichkeiten: So hat die Dr.Best® Forschung zwei verschiedene Wechselkopf-Varianten für elektrische Zahnbürsten von Oral-B entwickelt, die auf unterschiedliche Mundhygiene-Bedürfnisse abgestimmt sind. Mit dem neuen Hoch-Tief Wechselkopf können Verwender jetzt erstmals zwischen den unterschiedlichen Härtegraden „weich“ und „mittel“ wählen. Der Dr.Best® Zwischenzahn Wechselkopf hat spezielle Seidenfein-Borsten, die von der Zahnseide inspiriert sind. Sie sollen auch in enge Zahnzwischenräume gelangen und besonders den Zahnfleischrand effektiv putzen.

Mehr Freude am Implantat

Damit er lange hält, muss besonders implantatgestützter Zahnersatz sorgfältig gepflegt werden. Wer mehr tun möchte, um Zahnfleischartzündungen in der Umgebung von Implantaten vorzubeugen, für den kommt die zusätzliche Pflege mit einem Implantatschutz-Gel in Frage – z. B. improtect, erhältlich beim Zahnarzt oder in der Apotheke. Das Gel bildet einen dünnen Schutzfilm auf Zahnfleisch und Mundschleimhaut, es wird am besten abends nach dem letzten Zähneputzen auf die Furche zwischen Implantat und Zahnfleisch aufgetragen. www.improtect.de

Nächtliches Essen schadet den Zähnen

Manche Menschen plagt regelmäßig nachts der Hunger. Wer zweimal pro Woche oder öfter zur Schlafenszeit den Kühlschrank plündert, erhöht jedoch sein Risiko für Zahnverluste deutlich. Das stellten Wissenschaftler der Universität Kopenhagen fest. Als Erklärung geben die Forscher an, dass in der Nacht nur wenig Speichel produziert wird. Im trockenen Mund blieben Nahrungsreste besser an den Zähnen haften, und die Schäden durch säure- und zuckerhaltige Lebensmittel seien größer.



Rückenschmerzen?

Vielleicht sind die Zähne schuld

Die meisten Menschen kämen wahrscheinlich nicht auf die Idee, zu ihrem Zahnarzt zu gehen, wenn der Rückenschmerzt. Doch ein Besuch in der Praxis lohnt sich unter Umständen. Denn die Ursache von Wirbelsäulen-Problemen könnte tatsächlich im Mund liegen. Wenn der Biss nicht stimmt oder Funktionsstörungen der Kaumuskulatur auftreten, leidet darunter nicht nur die Zahngesundheit, sondern eventuell der ganze Körper. In diesem Fall hilft der Zahnarzt: So kann es sein, dass Rückenbeschwerden nach dem Einsetzen einer Aufbisschiene abklingen. Auch fehlende Zähne oder mangelhafter Zahnersatz kommen als mögliche Verursacher von Kreuzschmerzen infrage.

