

# Patienten fragen, der Zahnarzt antwortet

**Gute Zahnpflege ist für immer mehr Menschen selbstverständlich. Aber wie sieht die bestmögliche Mundhygiene aus? Unser Experte Dr. Michael Loewener beantwortet Patientenfragen.**

**Mit 76 Jahren habe ich mir bis jetzt fast alle eigenen Zähne erhalten können. Lohnt sich in meinem Alter noch der Wechsel zu einer elektrischen Zahnbürste?**

Ja, gerade für ältere Menschen ist eine elektrische Zahnbürste empfehlenswert. Ihr Hauptvorteil liegt in der bequemen Handhabung: Die zur richtigen Zahnpflege nötigen Putzbewegungen führt eine Elektrobürste automatisch aus. Das erleichtert Ihnen die Mundhygiene. Erfahrungsgemäß lässt mit zunehmendem Alter die manuelle Geschicklichkeit nach, das gründliche Putzen mit der normalen Handzahnbürste fällt zunehmend schwerer. Mit einer elektrischen Bürste haben Sie zudem weniger Mühe, auch schwer zugängliche

## TESTEN SIE: WELCHE MUNDSPÜLUNG PASST ZU MIR?

INDIVIDUELLE MUNDWÄSSER MIT ÄTHERISCHEN  
ÖLEN WIRKEN GEGEN PARODONTOSE



Ab dem 40. Lebensjahr fordert **Parodontose** deutlich mehr Zähne als Karies. Aggressive Bakterien sind für die folgenschwere Entzündung des Zahnfleisches verantwortlich. **Ätherische Öle** können das Wachstum der Parodontose-Erreger hemmen und helfen, einem Zahnverlust vorzubeugen. Die SymbioVaccin GmbH hat deshalb die **Parodolium-Mundspülungen** entwickelt: Sie enthalten eine Mischung der ätherischen Öle, die besonders wirksam gegen die individuellen Parodontose-Erreger sind. Die Parodolium-Mundspülungen enthalten keinen Alkohol.



Das Institut für Mikroökologie in Herborn analysiert als einziges Labor in Deutschland die Bakterien in der Zahnfleischtasche und testet sie im „Aromatogramm“ auf ihre Empfindlichkeit gegenüber ätherischen Ölen. Auf der Basis des Aromatogramms hat die SymbioVaccin GmbH die individuellen Parodolium-Mundwässer entwickelt. Je nach dem Ergebnis der bakteriellen Diagnostik kann die Behandlung mit einer **typgerechten Ölmischung** erfolgen, abgestimmt auf die individuellen Veränderungen der Mundflora. Beispiele für antibiotisch besonders aktive Öle sind das Lemongrasöl, Manukaöl, Lavendelöl und Pfefferminzöl. Ein zusätzliches Plus: Die Öle sorgen für ein frisches Mundgefühl.

JETZT TESTEN  
UND BESTELLEN AUF  
[WWW.PARODOLIUM.DE](http://WWW.PARODOLIUM.DE)



Unser Experte: Dr. M. Loewener

Stellen wie die hinteren Zähne und die Innenseiten zu reinigen. Darüber hinaus ist es für viele ältere Menschen einfacher, den kompakten Griff einer elektrischen Zahnbürste zu halten. Eine Zeitersparnis bringt der Wechsel allerdings nicht: Mit der E-Bürste müssen Sie genauso oft und lange putzen wie mit einer Handzahnbürste. Um den optimalen Reinigungserfolg zu erreichen, kommt es auch bei den elektrischen Modellen auf die korrekte Putztechnik an – bitten Sie am besten Ihren Zahnarzt, Ihnen die richtige Anwendung zu zeigen.

**Neulich las ich irgendwo, dass Zahnseide gar nichts nützt. Was sagen Sie dazu?**

Aus meiner Sicht bleibt Zahnseide nach wie vor ein sehr wichtiges Hilfsmittel, um die Zahnzwischenräume und insbesondere die Kontaktpunkte benachbarter Zähne zu reinigen. Die jüngste Kritik an der Zahnseide bezog sich auf die angeblich unzureichende Studienlage. Im Praxisalltag zeigt sich aber, wie wichtig die tägliche Zahnzwischenraumreinigung ist – und dafür stehen nur Zahnseide oder Interdentalbürstchen (Zahnzwischenraum-Bürstchen) zur Verfügung. Denn mit der Zahnbürste kommen Sie nicht in die Zahnzwischenräume hi-

nein. Gerade hier können sich aber schnell bakterielle Beläge bilden, die zu Karies und Parodontitis führen. In enge Zwischenräume kommen Sie oft auch mit den kleinen Interdentalbürsten nicht hinein; hier gibt es zur Zahnseide keine Alternative. Natürlich ist die richtige Anwendung nicht ganz einfach – in Ihrer Praxis wird man sie Ihnen aber gerne erklären.

**Ich habe gehört, Karies sei ansteckend. Stimmt das denn?**

Zahnkaries ist im medizinischen Sinne keine Infektionskrankheit wie etwa Scharlach oder Cholera. Zwar wird die Karies durch Bakterien verursacht, aber diese Keime gehören zur normalen Mundflora. Erst bei ungesunder, insbesondere zuckerreicher Ernährung und unzureichender Zahnpflege bilden sich Beläge (Plaque). In diesen können sich „Kariesbakterien“ massenhaft vermehren und dadurch das bakterielle Biotop im Mund aus dem Gleichgewicht bringen. Die durch den Stoffwechsel der Bakterien entstehenden Säuren lösen die Zahnschmelze allmählich auf, so dass sich eine Zahnkaries entwickeln kann.

# Perfekt gereinigte Zwischenräume

DONTODENT Interdental-Sticks reinigen ideal die Zahnzwischenräume, wo die Zahnbürste nicht hinkommt. Unterschiedliche Größen ermöglichen eine präzise und individuelle Reinigung.

je **1,95 €**  
6 Stück  
(0,33 € je 1 St.)



**DONTODENT**

Mehr Informationen und einkaufen auf [dm.de/dontodent](http://dm.de/dontodent)

**dm** Markenqualität

