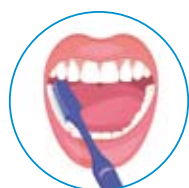
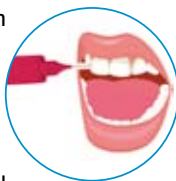


In 3 Schritten zum gesunden Lächeln

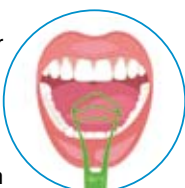
1. Zahnzwischenräume reinigen

Interdentalbürsten entfernen Bakterien an Stellen, bei denen die Zahnbürste keine Chance hat. Sie befreien – in verschiedenen Stärken – die Zwischenräume von Plaque. Die Auswahl der richtigen Größe erfolgt in der Zahnarztpraxis. Bei besonders engen Zwischenräumen greifen Sie am besten zur Zahnseide.



2. Zähne putzen

Mit der Zahnbürste geht es Belägen auf den Zähnen sowie am Zahnfleischrand an den Kragen. Dies beugt Karies und Zahnfleischerkrankungen vor. Putzen Sie Ihre Zähne – mindestens zweimal täglich – mit leichtem Druck vom Zahnfleisch zum Zahn. Eine fluoridhaltige Zahnpasta ist der ideale Begleiter.



3. Zunge säubern

Bis zu 80 Prozent aller Bakterien in der Mundhöhle befinden sich auf der Zunge! Zungenreiniger entfernen Bakterien von der Zungoberfläche und beugen so der Hauptursache von schlechtem Atem vor.

Anschließend kann, zur Förderung der Zahnschmelzhärtung, eine fluoridhaltige Mundspülung verwendet werden.

TePe Interdentalbürsten Original: Preis ab 4,49 € UVP
TePe Supreme™ Zahnbürste: Erhältlich ab 1,99 € UVP
TePe Zungenreiniger: Erhältlich ab 3,65 € UVP

Wellness für den ganzen Mund

Unangenehme, wunde Druckstellen, entzündetes Zahnfleisch oder schmerzhafte Aphthen an Mundschleimhaut und Lippen können die Lebensqualität von Betroffenen stark einschränken: Jede Mahlzeit wird durch Beschwerden beim Kauen, Essen und Schlucken zum Gräuel. Die Ursachen für Aphthen und Druckstellen sind fast so vielfältig wie das Leben selbst. Nicht optimal sitzende Zahnspannen oder Prothesen können gegen das Zahnfleisch drücken und so ein möglicher Auslöser für die entzündeten Stellen sein. Häufig treten die kleinen Schleimhautverletzungen aber auch dann auf, wenn bestimmte Nahrungsmittel nicht vertragen werden, diese zu säurelastig oder zu stark gewürzt sind. Manchmal sind sie jedoch einfach nur ein Zeichen für ein insgesamt geschwächtes Abwehrsystem, dafür, dass Sie zu viel Stress hatten oder dass irgendwo in Ihrem Körper mehr Abwehrzellen benötigt werden. Damit Kauen, Essen und Schlucken wieder zum Vergnügen werden, greifen Sie zu conaskin® TINKTUR. Die rein natürliche Pflege bildet einen schonenden Film über den betroffenen Stellen, schirmt so die strapazierte Schleimhaut vor äußeren Reizen ab, und die schmerzende Region kann sich regenerieren. Das Geheimnis hinter der Tinktur ist die spezielle Kombination aus hochwertigem Manuka-Honig, Propolis und pflegendem Aloe Vera: Die reinen Naturstoffe von conaskin® TINKTUR helfen der strapazierten Mundschleimhaut, sich selbst zu helfen – damit Sie wieder unbeschwert lachen können! www.allergosan.net



Gründliche Mundhygiene mit der richtigen Zahncreme

Besonders bei Parodontitis ist gründliche Mundhygiene von großer Bedeutung. Neben der regelmäßigen Kontrolle durch Ihren Zahnarzt ist die Verwendung einer schonenden und entzündungshemmenden Zahncreme sehr wichtig. Vor allem ältere Menschen, Diabetiker und Chemotherapie-Patienten leiden oft unter Entzündungen und Zahnfleischbluten. Die Zahncreme R.O.C.S. Zahnfleischbalsam entfernt nicht nur gründlich den bakteriellen Zahnbelag, sie schützt durch ihren natürlichen Wirkstoffkomplex Mineralin®, Xylit und Espenrindenextrakt vor Zahnfleischbluten und Entzündungen. Zudem reichert sie den Zahnschmelz effektiv mit Mineralien an. R.O.C.S. Zahnfleischbalsam wird im schonenden Niedertemperaturverfahren hergestellt, so dass die natürlichen Inhaltsstoffe erhalten bleiben. R.O.C.S. bietet Zahncremes individuell für alle Altersgruppen und Bedürfnisse. Erhältlich über Ihren Zahnarzt, in der gut geführten Apotheke oder bei www.gesund-mund.de



Impressum

LÜCKENLOS

ist eine Publikation der Herausbergemeinschaft der Kassenzahnärztlichen Vereinigungen* Bayerns, Bremens, Hessens, Niedersachsens, Rheinland-Pfalz, Saarland und Schleswig-Holstein (Körperschaften des öffentlichen Rechts).

Sitz der Herausbergemeinschaft:
Zahnärztzhaus Bayern, Fallstraße 34, 81369 München

Verlag:
B & R MedienService GmbH
Zeithstraße 30-38, 53721 Siegburg
GF: Johann B. Rosenbaum (V.i.S.d.P.)
Anzeigenleitung: Birgit Jülich
Telefon: 02241 / 1774-13, Fax: -20
E-Mail: birgit.juelich@brmedien.de

Redaktion:

Andreas Geschuhn, Ulrike Lentze, Petra Kniebes
Telefon: 0221 / 941 53 48
Rupperechtstraße 5, 50937 Köln
E-Mail: redaktion@medienbuero-mail.de
Grafik: Yvonne Schoberth

Fotos:

Titel Myroslava-Fotolia.com, contrastwerkstatt-Fotolia.com, Oksana Kuzmina-Fotolia.com, Jürgen Fäichle-Fotolia.com;
S. 2-3 Lieres-Fotolia.com, Maridav-Fotolia.com, John Smith-Fotolia.com, maroke/shutterstock.com, Olesia Bilkei-Fotolia.com;
S. 4 contrastwerkstatt-Fotolia.com;
S. 6-7 Monkey Business Images/shutterstock.com, Oksana Kuzmina-Fotolia.com;
S. 9 Myroslava-Fotolia.com; S. 10 LARISA-Fotolia.com;
S. 11 Image Point Fr/shutterstock.com;

S. 13 Hotel Baltic (4); S. 14 Photographee.eu-Fotolia.com;
S. 15 Osnafotos/André Wohlgemuth,
LaInspiratriz-Fotolia.com

Druck:

Frank Druck GmbH & Co. KG,
Industriestr. 20 • 24211 Preetz



ISSN 2191-5296

Erscheinungsweise: Einmal pro Quartal

Nachdruck nur mit Genehmigung der Herausgeber.

*Die Kassenzahnärztlichen Vereinigungen gewährleisten die flächendeckende zahnmedizinische Versorgung der Bevölkerung. Sie kümmern sich um den Notdienst und sichern die Qualität der zahnärztlichen Behandlung.