

# Leitfaden für eine gute Mundhygiene

Spätestens seit Einführung der Abrechnungsposition MHU stellt sich in vielen Praxen die Frage, nach welchem Leitfaden der Patient angeleitet wird. Doch was heißt „gute Mundhygiene“ eigentlich? Wo haben die Fachkräfte in der Prophylaxe die Instruktionen erlernt? Arbeiten sie effektiv und atraumatisch? Nach welchem Standard wird die Mundhygiene beurteilt? Diese wichtigen Fragen stellen sich meist erst, wenn man sich bereits intensiv mit dem Thema der individuell trainierten oralen Prophylaxe auseinandergesetzt hat.

DH Birgit Hühn

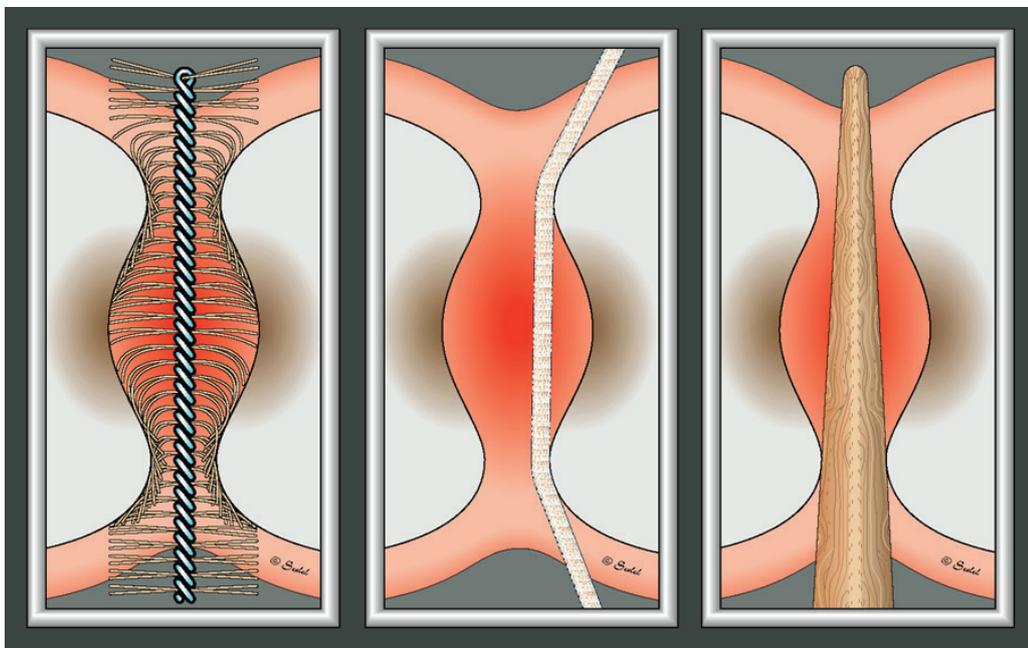


Abb. 1: Schematische Darstellung der Anwendung von Hilfsmitteln zur Interdentalraumreinigung intraoral.

Die individuell trainierte orale Prophylaxe – kurz ITOP – ermöglicht den Patienten eine lebenslange erfolgreiche Mundhygiene. Schließlich ist die korrekte und erfolgreiche Vermittlung der häuslichen Mundhygiene eine der großen Herausforderungen in unserer Gesellschaft. Weder den Eltern noch der autodidaktischen und weit vorangeschrittenen gruppenprophylaktischen Erziehung gelingt dies vollständig. Hier setzt das individuelle Training mit regelmäßiger Kontrolle und Korrektur durch ausgebildete Mundgesundheitsprofis an und ermöglicht so den nachhaltigen Erfolg bei der häuslichen Mundhygiene für jedermann.

## Neue Technologien zur Instruktion und Motivation

Gerade in puncto Instruktion und Motivation des Patienten setzt ITOP auf neue Technologien, entwickelt eigene, ein-

fach anzuwendende Hilfsmittel und bildet Mundgesundheitsprofis aus. Dabei ist es allen ITOP-Profis ein großes Anliegen, alle Menschen an ihren Erfahrungen und ihrem Wissensfundus teilhaben zu lassen. Eine optimale Mundhygiene basiert auf drei wichtigen Punkten: Sie muss von den Patienten akzeptiert werden und dabei effektiv und atraumatisch zugleich sein. Das ist die grundlegende Systematik respektive die Philosophie eines jeden ITOP-Profis. Stets gilt das Prinzip, dass es nichts gibt, was nicht noch verbessert werden könnte.<sup>1</sup>

## Prophylaxe in der studentischen Ausbildung

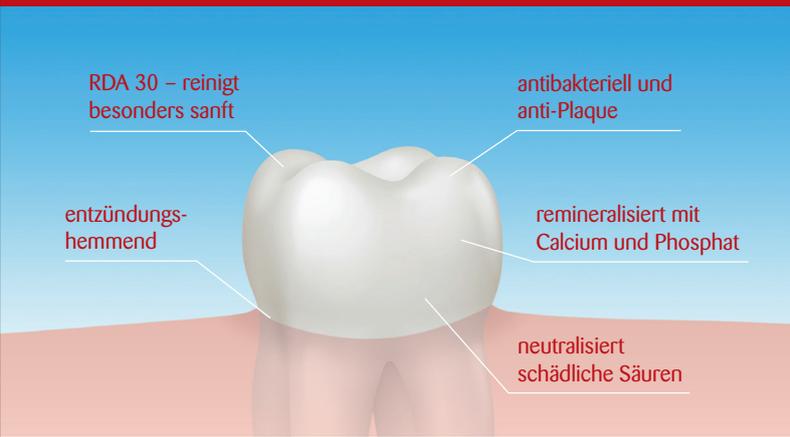
Um den Gedanken der Salutogenese in der Zahnheilkunde etablieren zu können, sollte man den Präventionsgedanken bereits während der studentischen Ausbildung intensivieren. Ein Blick auf die Studienordnung verrät, dass die Regel-

SEIT JEHER  
**OHNE**  
TITANDIOXID

**AJONA®**

Medizinisches Zahncremekonzentrat  
für Zähne, Zahnfleisch und Zunge

# Ajona wirkt – das fühlt und schmeckt man.



Klinische Studien belegen: Ajona reduziert Plaque um 80 Prozent\* und dies besonders sanft mit einem RDA-Wert von 30. Für gesunde, saubere Zähne, kräftiges Zahnfleisch, reinen Atem und eine lang anhaltende, sehr angenehme Frische im Mund.

- ✓ nachhaltiges Zahncremekonzentrat
- ✓ natürliche Inhaltsstoffe
- ✓ geeignet auch bei Xerostomie, Halitosis und Periimplantitis



Jetzt kostenlose Proben anfordern:  
[bestellung@ajona.de](mailto:bestellung@ajona.de)

Dr. Liebe Nachf.  D-70746 Leinfelden

\* Klinische Anwendungsstudie unter dermatologischer und dentalmedizinischer Kontrolle, durchgeführt von dermatest 11/21

Anzeige

studienzeit zwar insgesamt elf Semester beträgt, Prävention und Prophylaxe jedoch in nur etwa 50 Stunden abgehandelt werden. Wenn man die Absolventen befragt, wird jedoch schnell klar, dass ein wissenschaftlich belegter Leitfaden hierbei durchaus erwünscht wäre. Auch am Patienten arbeitendes Praxispersonal benötigt solch einen wissenschaftlich fundierten Leitfaden, um die Patienten sicherer anleiten und zu einer besseren häuslichen Mundhygiene motivieren zu können. Gleichzeitig gilt: Authentische Beratung kann nur vermitteln, wer das Erlernte selbst lebt. Das heißt also, um einen Patienten für die häusliche Mundhygiene begeistern zu können, muss meine eigene Mundgesundheit ebenfalls optimal sein. Schließlich geht keiner zu einem Fahrlehrer, dessen Auto voller Beulen und Dellen ist.

**Abb. 2:** Die Anleitung des Patienten zur richtigen Handhabung von Interdentalraumbürstchen ist essenziell in der Prophylaxesitzung.





**Abb. 3:** Danach sind Patienten auch bereit, die Hilfsmittel bei der täglichen Mundhygiene anzuwenden.

### ITOP setzt Standards

Um nun eine Standardisierung in der Mundhygiene zu etablieren, hat sich das ITOP-System nach Prof. Jiri Sedlmaier inzwischen bestens und sogar auf internationaler Ebene bewährt. Damit wird gewährleistet, dass dem Patienten eine atraumatische und effektive Mundhygiene an die Hand gegeben wird und er die benötigten Hilfsmittel durch die stets motivierende Instruktion gut akzeptiert – und die Erfolge in der Praxis stehen für sich. In unserer Praxis sind beispielsweise alle Mitarbeiter ITOP-geschult und die gute Beratung unserer Patienten spiegelt sich in deren Zahngesundheit deutlich wider. Das Grundprinzip dabei ist denkbar einfach: Es müssen nur die Stellschrauben neu justiert werden. Hierzu bedient sich ITOP der bereits bekannten Hilfsmittel: Individuell vermessene Interdentalbürsten, atraumatisch angewendete Zahnseide, Zahnbürsten, die nur wenig Druck benötigen, um ein sehr sauberes Ergebnis zu liefern, sowie eine Solobürste für schwer zugängliche Putznischen. Doch nicht nur hochwertige Hilfsmittel sind bei ITOP wichtig; entscheidend ist vor allem die Technik.

### Richtige Anwendung der Hilfsmittel ist entscheidend

Erst die korrekte Anwendung der richtigen Hilfsmittel ermöglicht eine gesunderhaltende Mundhygiene – und das müssen wir mit den Patienten trainieren. Dabei folgt ITOP dem Grundsatz, dass nur derjenige eine professionelle Mundhygiene lehren kann, der sie selbst begriffen hat und richtig umsetzen kann. Daher lernen die angehenden Dentalprofis das Zähneputzen zunächst für sich. Sobald sie das optimal beherrschen, lernen sie, diese Techniken den Patienten näherzubringen und wie sie den Patienten dazu motivieren, das Erlernte zu Hause täglich umzusetzen.

1 <https://curaden.de/content/15-itop>



**Abb. 4:** In Weiterbildungskursen können ZFAs und ZMPs den richtigen Umgang mit Interdentalraumbürsten erlernen und wie sie ihr Wissen dann verständlich an ihre Patienten weitergeben können.

## Regelmäßige Fortbildung

Um die ITOP-Philosophie flächendeckend verbreiten zu können, bietet die ITOP-Akademie immer wieder Kurse zur Zertifizierung des gesamten Praxispersonals an. Dabei erfolgen sowohl in Praxen als auch Universitäten regelmäßig Kurse und Veranstaltungen, bei denen speziell ausgebildete Fachkräfte und Zahnärzte – sogenannte ITOP-Teacher – ihr Wissen und ihre Erfahrungen weitergeben. Im vorangestellten Theorieteil werden zunächst die Eigenschaften der Hilfsmittel und Materialien besprochen, bevor im praktischen Teil der effiziente und atraumatische Einsatz der Hilfsmittel erlernt wird. Besonders spannend ist es hierbei für die ITOP-Teacher, wenn die Teilnehmer ihren eigenen Aha-Moment erfahren. In genau diesem Augenblick wird den Teilnehmern die enorme Tragweite der häuslichen Mundhygiene erst so richtig bewusst und sie sind zum Fan der Mundhygiene geworden.

Weitere Informationen zu ITOP und den ITOP-Kursen sind unter [www.curaden.de/content/15-itop](http://www.curaden.de/content/15-itop) oder per E-Mail an [education@curaden.de](mailto:education@curaden.de) erhältlich.

## Autorentipp

**Welche Mundhygienetechnik fordert die Prophylaxefachkräfte im eigenen Erlernen bzw. bei der Instruktion am Patienten am meisten?**

Jeder Patient hat ein anderes Mundhygieneverständnis. Um einen optimalen Zustand herzustellen, benötigt es verschiedene Hilfsmittel und vor allem das Verständnis, Mundhygienetechniken effektiv anzuwenden. Eine Umfrage hat ergeben, dass Interdentalraumpflege unbeliebter als im Stau stehen, die Toilette putzen oder einkaufen ist. Deshalb ist die effektive und atraumatische Verwendung der Interdentalbürstchen eine große Herausforderung. Dieses Verständnis brauchen auch alle ZFAs und Zahnärzte für sich selbst. Nur wenn wir authentisch als Vorbildfunktion für optimale Mundhygiene dem Patienten die Wichtigkeit der effektiven atraumatischen Mundhygiene vermitteln, akzeptiert er alle Hilfsmittel.

## kontakt.



**Birgit Hühn**

Dentalhygienikerin

ITOP-Teacher

Tel: +49 177 2030587

[bh@verband-deutscher-dentalhygieniker.de](mailto:bh@verband-deutscher-dentalhygieniker.de)

Infos zur Autorin

