

FAQ rund um die Mundhygiene

Antworten auf häufige Patient:innenfragen zur häuslichen Mundhygiene und zu Prophylaxemaßnahmen für ein gelungenes Beratungsgespräch.

Im zahnmedizinischen Praxisalltag nimmt die Individualprophylaxe beträchtlichen Raum ein. Zudem ist angesichts des wachsenden Bewusstseins für die Mund- und Zahngesundheit in der Bevölkerung davon auszugehen, dass Nachfrage und Compliance der Patientinnen und Patienten weiter steigen werden. Ihre Empfehlung zur häuslichen Mundhygiene ist daher entscheidend für den langfristigen Erhalt der Mundgesundheit Ihrer Patientinnen und Patienten. Die zweimal tägliche 3-fach-Prophylaxe

von Zahnfleisch sowie dem Zahnhalteapparat – den Hauptursachen für Zahnverlust. Wenn dieser Biofilm nicht regelmäßig und gründlich reduziert wird, können die Giftstoffe einiger Bakterienarten in das Zahnfleischgewebe eindringen, sodass eine Entzündungsreaktion des Immunsystems ausgelöst wird, um den bakteriellen Angriff abzuwehren.³ Einen entscheidenden Beitrag zur Entfernung des Biofilms leistet die professionelle Zahnreinigung beziehungsweise mechanische Plaquereduktion durch die

reduktion vorzunehmen. Bei gesundheitlichen oder lebensstilbedingten Risikofaktoren sowie eingeschränkter Mundhygiene sind hingegen häufigere Interventionen zu erwägen.

Wie gut sind Mundspülungen für die Langzeitanwendung geeignet?

Mundspülungen sind dauerhaft eine sinnvolle Ergänzung zur Zahnbürste und Interdentalreinigung. Für den langfristigen Einsatz* im Rahmen der häuslichen 3-fach-

Wie kann die tägliche Mundhygiene bei Zahnpangenträger:innen verbessert werden?

Die gründliche Beseitigung des bakteriellen Biofilms ist gerade bei Kindern mit erhöhtem Kariesrisiko und bei Zahnfleischproblemen, wie sie häufig bei Zahnpangenträger:innen auftreten, von erhöhter Wichtigkeit.⁷ An Stellen, die mit Zahnbürste oder -seide schwer erreichbar sind, können Mundspülungen verbliebene Bakterien bekämpfen. Mundspülungen wie LISTERINE® enthalten zum Teil Fluorid und wirken antibakteriell, was die Mundhygiene verbessern kann.

Wie verträglich sind alkoholhaltige Mundspülungen?

Die Verträglichkeit alkoholhaltiger Mundspülungen ist seit Jahrzehnten durch klinische Studien belegt. LISTERINE® ist weltweit eine der am umfassendsten getesteten täglichen Mundspülungen. In mehr als 30 klinischen Studien wurde ihre Sicherheit und Wirksamkeit untersucht.⁹⁻¹⁴ Innerhalb dieser zahlreichen Studien der letzten 40 Jahre konnten keine negativen Auswirkungen durch die Anwendung alkoholhaltiger Mundspülungen nachgewiesen werden.¹²⁻¹⁴

Wer trotzdem lieber auf Alkohol in Mundspülungen verzichten will, wird auch bei LISTERINE® fündig. Mit dem aus insgesamt elf Sorten bestehenden Portfolio bietet die Marke bedarfsgerechte Produkte, wahlweise auch ohne Alkohol, für alle Altersgruppen (ab sechs Jahren) und für unterschiedliche Prophylaxebedürfnisse wie Karies-, Zahnfleisch- und Zahnsteinschutz. Gut, zu wissen: In einer sechsmonatigen Studie zeigte sich kein statistisch signifikanter Unterschied hinsichtlich der Wirksamkeit gegen Plaque zwischen alkoholhaltiger und alkoholfreier Variante.¹⁵

Welche Rolle spielt Fluorid für die Zahngesundheit?

Fluoridierungsmaßnahmen spielen eine wichtige Rolle, um Zähne widerstandsfähiger zu machen und somit Karies vorzubeugen. Fluorid stärkt den Zahnschmelz, der dann resistenter gegenüber Säureattacken ist. Die Demineralisierung der Zahnoberflächen wird gehemmt und die Remineralisierung wiederum gefördert. Einen entscheidenden Beitrag leistet hier die professionelle Zahnreinigung, bei welcher der supragingivale dentale Biofilm hartnäckige kalkifizierte Ablagerungen und Verfärbungen entfernt und die Zähne poliert sowie auch fluoridiert werden. Zudem können im Rahmen der häuslichen 3-fach-Prophylaxe fluoridhaltige Zahnpasta und Mundspülungen genutzt werden.

* Studien über sechs Monate.

Kenvue / Johnson & Johnson GmbH
www.listerine.de



© Kenvue / Johnson & Johnson GmbH

bestehend aus Zähneputzen, Interdentalreinigung und Anwendung einer Mundspülung mit antibakterieller Wirkung wie z.B. LISTERINE® zeigt einen wissenschaftlich bestätigten Zusatznutzen. Das professionelle Interesse an evidenzbasierten Handlungsempfehlungen, Strategien und Tipps für eine kompetente Beratung ist groß. Zur Unterstützung für ein optimales Patient:innengespräch lesen Sie hier einige häufig gestellte Fragen und die passenden Antworten:

Wie kann ich meine Mundhygiene zu Hause verbessern?

Für den Erhalt eines gesunden Mundraumes hat sich die häusliche 3-fach-Prophylaxe bewährt. Diese besteht zum einen aus Zähneputzen und Reinigung der Zahnzwischenräume mit Interdentalbürsten oder Zahnseide! S3-leitliniengerecht kann diese mechanische Mundraumreinigung zum anderen durch die Verwendung einer Mundspülung mit antibakterieller Wirkung komplementiert werden.²

Da Zähne nur ca. 25 Prozent des Mundraumes ausmachen, bleiben nach Zähneputzen und Zahnzwischenraumreinigung viele Bakterien zurück, die schnell wieder neuen Zahnbelag bilden. Eine zusätzlich angewendete Mundspülung wirkt an Stellen, die Zahnbürste und Zahnseide nicht erreichen, und hilft, die bakterielle Belastung des Mundraumes weiter zu minimieren und überdies die Plaqueneubildung zu hemmen.

Was ist der Biofilm und welche Rolle spielt er bei der Zahngesundheit?

Der bakterielle Biofilm, auch Plaque genannt, besteht unter anderem aus Bakterien und anderen Mikroorganismen, die sich auf den Zähnen ansiedeln. Diese bilden den Nährboden für Karies und Entzündungen

Prophylaxeexpertinnen oder -experten der Zahnarztpraxis. Darüber hinaus ist es wichtig, im Rahmen der häuslichen 3-fach-Prophylaxe täglich für ein mechanisches und chemisches Biofilmmangement zu sorgen, um parodontalen Erkrankungen vorzubeugen.

Wie oft sollte ich zur Prophylaxe in die Zahnarztpraxis gehen?

Regelmäßige Prophylaxetermine in der Zahnarztpraxis sind entscheidend, um Zahnbeläge zu entfernen und die Mundgesundheit zu überwachen.⁴ In der Regel ist es ausreichend, ein- bis zweimal jährlich eine professionelle mechanische Plaque-

Prophylaxe eignen sich besonders Mundspülungen von LISTERINE®, da sie ätherische Öle enthalten. Beim Spülen dringen die ätherischen Öle in die schützende Matrix des Biofilms bzw. der Plaque ein und entfalten dort ihre Wirkung: Sie durchdringen die bakterielle Membran, wodurch sowohl grampositive als auch gramnegative Bakterien effektiv bekämpft werden und reduzieren bakterielle Endotoxine, wodurch die Schädlichkeit des Biofilms verringert wird.⁵ Auch bei langfristiger Anwendung von LISTERINE® zeigen sich keine signifikanten mikrobiellen Verschiebungen und es sind keine Verfärbungen zu erwarten.^{2,8}

