ANBIETERINFORMATION*

Frühjahrs-Check für die Mundgesundheit

Kleine Routinen mit grosser Wirkung.

Mit dem Frühling beginnt für viele Menschen die Zeit des Gesundheits-Checks: Mehr Bewegung, bewusstere Ernährung und Vorsorgeuntersuchungen stehen auf dem Programm. Auch die Mundgesundheit sollte dabei nicht zu kurz kommen. Die Dentaid GmbH empfiehlt daher, den Start in die neue Saison zu nutzen, um die eigene Mundhygiene-Routine zu überprüfen und gezielt zu ergänzen.

Dentaid macht zudem auf die Bedeutung der Mundgesundheit über den gesamten Lebensverlauf aufmerksam. Mit dem Leitfaden «10 Schlüssel zur Mundgesundheit im Alter» stellt das Unternehmen praktische Empfehlungen vor, die helfen, eine effektive Mundpflege dauerhaft in den Alltag zu integrieren.

Ein wichtiger Bestandteil der Vorsorge ist der regelmässige Kontrolltermin beim Zahnarzt. Dabei werden nicht nur Zähne und Zahnfleisch untersucht, sondern auch die tägliche Mundhygiene thematisiert. Besonders die Reinigung der Zahnzwischenräume spielt eine zentrale Rolle, da diese Bereiche mit der Zahnbürste kaum erreicht werden. Interdentalbürsten wie interprox® von Dentaid ermöglichen eine gründliche Reinigung zwischen den Zähnen und können dazu beitragen, Zahnfleischproblemen vorzubeugen.

Kleine Gewohnheiten mit grosser Wirkung: Zehn Schlüssel für die Mundgesundheit im Alter

Der Fokus auf Mundgesundheit gewinnt auch vor dem Hintergrund des demografischen Wandels an Bedeutung. Laut den Vereinten Nationen wird es Mitte der 2030er-Jahre weltweit rund 265 Millionen Menschen im Alter von 80 Jahren oder älter geben – mehr als Säuglinge unter einem Jahr. In einer alternden Gesellschaft spielt die Mundgesundheit eine zentrale Rolle für Ernährung, Kommunikation, soziale Teilhabe und allgemeines Wohlbefinden.[1]

So bleiben Zähne und Zahnfleisch im Alter gesund: Zehn praxisnahe Tipps

1. **Eine vollständige tägliche Mundpflegeroutine**
   Zweimal tägliches Zähneputzen, die Reinigung der Zahnzwischenräume sowie regelmässige Zahnarztbesuche bilden die Grundlage für eine gute Mundgesundheit.
2. **Eigene Zähne möglichst lange erhalten**
   Zahnverlust ist kein unvermeidlicher Teil des Alterns. Vorbeugung, regelmässige Kontrollen und geeignete Versorgungen können die Lebensqualität deutlich verbessern.



Abb. 2: Der regelmässige Kontrolltermin beim Zahnarzt ist ein wichtiger Bestandteil der Vorsorge und bietet eine gute Gelegenheit, die eigene Mundhygiene einschliesslich der Reinigung der Zahnzwischenräume zu überprüfen.



Abb. 1: Das interprox® Sortiment von Dentaid: Präzise systematisierte Interdentalbürsten für eine optimale Mundhygiene, entwickelt in Zusammenarbeit mit der Universität Heidelberg.

3. **Mundgesundheit ist Teil der allgemeinen Gesundheit**
   Gerade bei chronischen Erkrankungen ist eine gute Mundhygiene wichtig, da sie zur Stabilität der allgemeinen Gesundheit beitragen kann.
4. **Gesundes Zahnfleisch als Basis**
   Zahnfleischerkrankungen sind im Alter weitverbreitet, entstehen jedoch vor allem durch bakterielle Beläge. Regelmässiges Entfernen von Biofilm durch gründliche Mundhygiene kann Entzündungen und Zahnverlust vorbeugen.
5. **Ein gut befeuchteter Mund**
   Mundtrockenheit betrifft viele ältere Menschen. Ausreichende Flüssigkeitszufuhr sowie geeignete Mundpflegeprodukte können helfen, Beschwerden zu lindern und Kariesrisiken zu reduzieren.
6. **Zahnschmelz schützen und Abnutzung vermeiden**
   Mit zunehmendem Alter wird der Zahnschmelz anfälliger. Regelmässige Kontrollen helfen, Verschleiss frühzeitig zu erkennen und zu behandeln.
7. **Gut kauen – besser essen**
   Eine funktionierende Kaufunktion ist entscheidend für eine ausgewogene Ernährung und damit für das allgemeine Wohlbefinden.
8. **Regelmässige Kontrolluntersuchungen**
   Vorsorgeuntersuchungen helfen, Erkrankungen wie Karies, Parodontitis oder auch Veränderungen der Mundschleimhaut frühzeitig zu erkennen.
9. **Routinen an individuelle Bedürfnisse anpassen**
   Veränderungen der Motorik oder Sehkraft können die Mundpflege erschweren. Angepasste Hilfsmittel und einfache Routinen unterstützen eine konsequente Pflege.
10. **Zahnersatz und Mundschleimhaut pflegen**
    Eine sorgfältige Reinigung von Prothesen und regelmässige Kontrollen helfen, Infektionen und Reizungen vorzubeugen.

Ein wichtiger Bestandteil der Vorsorge ist der regelmässige Kontrolltermin beim Zahnarzt. Gerade im Frühjahr lohnt sich daher ein genauer Blick auf die eigene Mundpflege. Neben Zahnbürste und Zahnpasta kann die tägliche Reinigung der Zahnzwischenräume – beispielsweise mit Interdentalbürsten – einen wichtigen Beitrag zu einer umfassenden Mundhygiene leisten und so zu einem gesunden Start in die neue Saison beitragen. DT

[1] United Nations Department of Economic and Social Affairs, Population Division (2024). World Population Prospects 2024: Summary of Results (UN DESA/POP/2024/TR/NO. 9) https://desapublications.un.org/publications/world-population-prospects-2024-summary-results?_gl=1*ba428t*_ga*MjAzNzU2MTgxOS4xNzY5MDk3O-TIx*_ga_TK9BQL5X7Z*czE3NjkwOTc5MjEkbzEkZzEkdDE3NjkwOTc5OTEkajUyJGwwJGgw
EFP & Dentaid. (no date). Oral health throughout life. European Federation of Periodontology. https://www.efp.org/fileadmin/uploads/efp/Campaigns/Oral_Health_Throughout_Life/OHTL_BROCHURE_AAFF_01ENG.pdf

Dentaid GmbH
service@dentaid.de
www.dentaid.de

* Die Beiträge in dieser Rubrik stammen von den Anbietern und spiegeln nicht die Meinung der Redaktion wider.

Zugang zur Zahnmedizin verbessern

Wenn Menschen aus finanziellen Gründen auf Zahnbehandlungen verzichten.

Es gibt in der Schweiz Menschen, die aus finanziellen Gründen auf notwendige Zahnbehandlungen verzichten. Diese armutsgefährdeten Personen sollen einfacheren Zugang zur Zahnmedizin haben. Deshalb führten die Schweizerische Zahnärzte-Gesellschaft SSO und die Winterhilfe Schweiz gemeinsam mit Partnerorganisationen am 18. März in Bern eine Tagung durch.

Für Menschen an der Armutsgrenze ist es mitunter schwierig, notwendige Zahnbehandlungen zu bezahlen. Dies, obwohl Unterstützungsangebote existieren. Aber gerade jene Menschen, die am dringendsten Hilfe benötigen, wissen am wenigstens um ihre Rechte. Es fehlt also nicht nur Geld, sondern auch Orientierung: Wer ist zuständig? Welche Unterstützung ist möglich? Und wie arbeiten Sozialdienste, Hilfswerke und Zahnarztpraxen zusammen?



Genau hier setzte die erste Koordinationstagung zur sozialen Zahnmedizin an, die die Schweizerische Zahnärzte-Gesellschaft SSO und die Winterhilfe Schweiz durchführten. Die Tagung sollte zu einer besseren Zusammenarbeit beitragen, damit armutsgefährdete Menschen schneller und einfacher zur richtigen Stelle finden und die Unterstützung erhalten, die ihnen zusteht.

SSO-Präsident Dr. Jean-Philippe Haesler sagt: «Wir sind heute hier, weil es in der Schweiz Menschen gibt, die aus finanziellen Gründen auf Zahnbehandlungen verzichten. Die SSO unterstützt ihre Sektionen und die Zahnarztpraxen, sodass sie konkrete Unterstützung vor Ort leisten können – im Rahmen unseres Projekts Mundgesundheit für alle.» Prof. Dr. Thierry Carrel, Präsident der Winterhilfe Schweiz, betont: «Mundgesundheit darf keine Frage des Einkommens sein. Unerwartete Rechnungen für Zahnbehandlungen bringen Menschen mit wenig Geld an ihre Grenzen. Wer auf notwendige (zahn-)medizinische Behandlungen verzichtet, riskiert gesundheitliche und soziale Folgen. Gemeinsam mit der SSO setzen wir uns dafür ein, den Zugang zur Zahnmedizin für alle zu verbessern.»

> **«Wir sind heute hier, weil es in der Schweiz Menschen gibt, die aus finanziellen Gründen auf Zahnbehandlungen verzichten. Die SSO unterstützt ihre Sektionen und die Zahnarztpraxen, sodass sie konkrete Unterstützung vor Ort leisten können – im Rahmen unseres Projekts Mundgesundheit für alle.»**

Markus Kaufmann von der Schweizerischen Konferenz für Sozialhilfe (SKOS) macht deutlich, wie die Sozialhilfe bei hohen, unvorhergesehenen Ausgaben wie Zahnbehandlungen unterstützen kann. Und er erklärt, warum Gemeinden und Kantone die Empfehlungen unterschiedlich umsetzen. Peter Suter zeigt seitens der Vereinigung der Kantonszahnärzte der Schweiz (VKZS) auf, wie sich Fälle in der Praxis klarer und einheitlicher prüfen lassen: mit verständlichen Abläufen und einer fachlichen Beurteilung als Grundlage für Entscheide.

Die Tagung richtete sich an Fachleute und Verantwortliche aus der Zahnmedizin, aus dem Sozialbereich und von Hilfswerken. Sie wird den Austausch zwischen kantonalen und lokalen Akteuren stärken und weitere Schritte ermöglichen. DT

Quelle: SSO/Winterhilfe

Register NOW



The 70th anniversary of the GC Membership society

2026.10.3 SAT ▷ 4 SUN

Tokyo International Forum
(Chiyoda City, Tokyo)

THE 6TH INTERNATIONAL DENTAL SYMPOSIUM

SCAN ME