Interdentalreinigung

Die Ursachen von Erkrankungen beseitigen

Die tägliche Reinigung der Zähne ist essenziell für die Mundgesundheit – dies ist seit Langem erforscht und gut belegt. Erfreulicherweise hat das Wissen um die Mechanismen der Biofilmentstehung und dessen Kontrolle bzw. Beseitigung in den letzten Jahren zunehmend Eingang in den Praxisalltag gefunden. Kaum eine Praxis ohne ein professionelles Prophylaxeangebot. Obgleich sich die Mundgesundheit in den letzten Jahrzehnten dank der präventiven Bemühungen seitens der Zahnärzteschaft und eines gesteigerten allgemeinen Hygienebewusstseins in der Gesellschaft deutlich verbessert hat, gehören bakteriell bedingte Zahn- und Zahnfleischerkrankungen nach wie vor zu den häufigsten Erkrankungen des Menschen.

Dr. Roschan Farhumand/Hamburg

Die Gefahr geht hauptsächlich von den bakteriell besiedelten Zahnoberflächen aus, welche zum einen keiner physiologischen Selbstreinigung unterliegen und zum anderen nicht effektiv von den Borsten der Zahnbürste erreicht werden (können). Diese salopp auch als „Schmutznischen" bezeichneten Bereiche sind die Interdentalräume, der Zahnfleischsaum und, insbesondere bei ungünstiger Morphologie bzw. während der Eruption, die Fissuren. Hinzu kommen auch die iatrogen geschaffenen Bereiche, beispielsweise im Falle von überstehenden Kronen- oder Füllungsrändern usw.

Das Problem: Während diejenigen Zahnflächen, welche einer regelmäßigen Selbstreinigung unterliegen und daher ohnehin kaum erkranken, vom Großteil der Bevölkerung mit den üblichen Zahnputzmethoden gut gereinigt werden (können), bleiben gerade die Bereiche, die eine gezielte Borstenführung bzw. spezielle Hilfsmittel aufgrund erschwerter Zugänglichkeit benötigen, ungeputzt, weshalb sie dann in der Folge erkranken.

Die Zahnzwischenräume sind in diesem Zusammenhang die wichtigste Schwachstelle mit dem dringendsten bzw. speziellsten Handlungsbedarf. Speziell deshalb, weil dort für eine effektive Biofilmentfernung die normale Zahnbürste nicht ausreicht, sondern zusätzliche Hilfsmittel und deren korrekte Anwendung vonnöten sind. Der Großteil aller Karieserkrankungen und nahezu alle Parodontitiden entstehen interdental – das verwundert kaum, da sich hier aufgrund der schwierigen und nur mit Aufwand verbundenen Zugänglichkeit mengenmäßig die meisten (nicht entfernten) Bakterien befinden.

Abb. 1

Abb.2

▲ **Abb. 1 und 2:** Der kunststoffummantelte Draht, die Farbcodierung der verschiedenen Größen und zwei verschiedene Borstenstärken machen die TePe-Interdentalbürsten zum Marktführer in Deutschland.

Zahnzwischenräume – so nah und doch so fern

In der Bevölkerung ist die Interdentalpflege nicht sehr weit verbreitet und – wegen der vermeintlich schwierigen Anwendung der Zahnseide – auch nicht besonders beliebt. Alternativen zur Zahnseide sind nach wie vor wenig bekannt. Offenbar gibt es kaum ein Bewusstsein für die Gefahr aus dem Zahnzwischenraum. Selbst eine Gingivitis ist nicht harmlos, sondern eine chronische Entzündung, welche das Immunsystem permanent belastet. Hier hat die Zahnarztpraxis eine große Chance, Patienten auf das Risiko (auch für die allgemeine Gesundheit) hinzuweisen. Viele gesundheitsbewusste Menschen nehmen diese Aufklärung sehr dankbar an und

Abb. 3

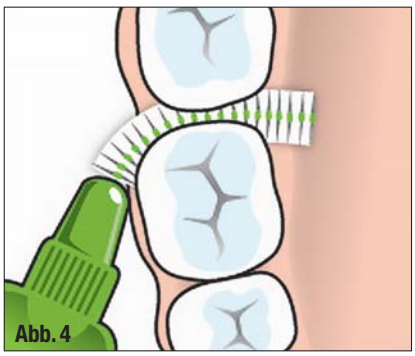
Abb. 4

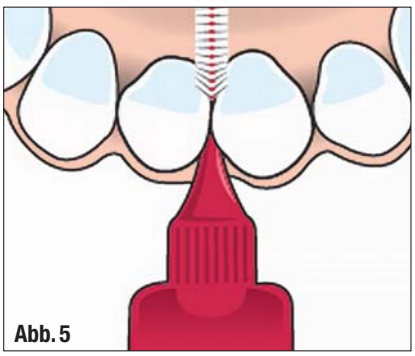
Abb. 5

▲ **Abb. 3 bis 5:** TePe-Interdentalbürsten entfernen den bakteriellen Biofilm auch in den Konkavitäten im Approximalbereich besonders zuverlässig.

wünschen sich eine möglichst einfache Lösung. Und die gibt es: Interdentalbürsten! Sie sind einfach in der Anwendung und führen schnell zu sichtbaren Erfolgen. Und das motiviert.

Interdentalbürsten als effektive Helfer

Neben der leichten Handhabung, welche sich sehr günstig auf die Compliance auswirkt, gibt es noch einen weiteren Grund für die Pflege der Zahnzwischenräume mit den Bürsten: Gerade die spezielle Anatomie der Seitenzähne schafft konkave Nischen, die selbst mit Zahnseide häufig nur ungenügend gereinigt werden können. Zudem konnten Studien belegen, dass der Einsatz von Interdentalbürsten mehr Plaque entfernt als das Zähneputzen allein und die Reinigungswirkung effektiver ist als die der Zahnseide oder Zahnhölzer.* Es konnte gezeigt werden, dass die Verwendung von Interdentalbürsten einen positiven Effekt auf die Plaquewerte, Blutungsindizes und Taschentiefen hat.

Geeignete Hilfsmittel und handfestes Training

Der Erfolg bei der Plaqueentfernung mithilfe von Interdentalbürsten hängt jedoch in hohem Maße von den korrekten Bürstengrößen und ihrer richtigen Handhabung ab. Idealerweise misst die Zahnarztpraxis die Größen der Zwischenräume aus und empfiehlt die idealen Bürstengrößen und Modelle bzw. Halter. Anschließend wird gemeinsam mit dem Patienten die Anwendung geübt. Die Bürsten sollten raumfüllend sein, d. h. sie müssen den gesamten Interdentalraum ausfüllen. Das erfordert den jeweils größtmöglichen Durchmesser bei feinstmöglichem Drahtkern, damit die Borsten in alle Nischen und Ecken des Zahnzwischenraums gelangen. Bei sehr eng stehenden Zähnen und oft auch im Frontzahnbereich ist die Zahnseide jedoch das Mittel der Wahl. Auch hier gilt: gemeinsames Üben macht den Meister, sodass Berührungsängste in Bezug auf die Zahnseide erfolgreich abgebaut werden können.

Das anfängliche Bluten als Motivationshilfe

Bei den meisten Erstanwendern blutet die Schleimhaut im Zahnzwischenraum aufgrund der bestehenden Entzündung bei Berührung (durch eine Sonde, Zahnseide oder Interdentalbürste). Dies kann man sich für die Motivation zunutze machen. Die Patienten sollten jedoch unbedingt vorher auf ihre chronische Gingivitis hingewiesen und über die Blutungswahrscheinlichkeit aufgeklärt werden, damit sie das Bluten nicht für eine Verletzung des Zahnfleisches durch den Gebrauch der Reinigungshilfe fehlinterpretieren. Nach einigen Tagen regelmäßiger Reinigung heilt die Gingivitis ab und die Blutung geht zurück – ein sichtbarer Erfolg für den Patienten, welcher das Gefühl der Selbstwirksamkeit stärkt und nachhaltig für die regelmäßige Interdentalpflege motiviert. Durch einen zeitnahen Recall-Termin können die Erfolge dokumentiert werden, so bleibt das Ausheilen der Gingivitis nicht vage, sondern wird mithilfe eines Blutungsindex messbar und für den Patienten objektiv. Gut geeignet ist beispielsweise der BOB (= bleeding on brushing), welcher die Entzündung am kritischen Ort des Geschehens, nämlich genau mittig zwischen zwei Zähnen, erfasst.

Sobald die Entzündung abgeklungen und die Schwellung zurückgegangen ist, wird der Interdentalraum häufig etwas größer und ggf. wird ein größeres Bürstchen benötigt. Bei dem nächsten Recall-Termin (bei Erstanwendern beispielsweise nach zwei Wochen) kann die neue Größe empfohlen werden.

Die Praxis als (Zahn-) Gesundheitscoach

Das zahnärztliche Team spielt eine wichtige Rolle für die Mund- und Allgemeingesundheit seiner Patienten. Neben der Aufklärung über die Ursachen und deren Beseitigung steht vor allem die Motivierung und Instruktion der Patienten im Vordergrund. Damit Patienten nachhaltige Interdentalpflege betreiben können, müssen die Hilfsmittel von professioneller Seite individuell passend ausgewählt und die korrekte Handhabung gemeinsam trainiert werden.

Schenken Sie Ihren Patienten ein Stück mehr Gesundheit und damit Lebensqualität – sie werden es Ihnen danken.

*Slot DE, et al., The efficacy of interdental brushes on plaque and parameters of periodontal inflammation: a systematic review. Int J Dent Hyg 2008; 6:253–264. Imai PH, et al., Comparison of interdental brush to dental floss for reduction of clinical parameters of periodontal disease: a systematic review. Can J Dent Hygiene 2012;46,no.1:63–78.

>> KONTAKT

Dr. Roschan Farhumand
TePe Mundhygieneprodukte Vertriebs-GmbH
Flughafenstraße 52
22335 Hamburg

Tel.: 040 570123-0
Fax: 040 570123-190
E-Mail: kontakt@tepe.com
www.tepe.com