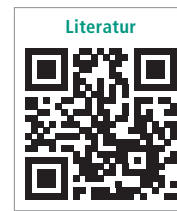


„Ich fühle mich verstanden“ – diese Wahrnehmung ist eine zentrale Voraussetzung für die Mundgesundheit Ihrer Patienten. Nur wenn sie sich ernst genommen fühlen, können Zahnarzt und Praxisteam erfolgreich agieren. Wie wichtig Zuhören, Verstehen und Ernstnehmen ist, zeigt sich auch im Hinweis der Verbraucherzentrale, woran man eine gute Zahnarztpraxis erkennt: „Das A und O (...) ist eine verständliche und umfassende Beratung durch den Arzt auf Augenhöhe. Der Zahnarzt nimmt sich ausreichend Zeit und bespricht Diagnose, Therapie und Alternativen.“<sup>1</sup> Nachfolgend beantwortet Prophylaxeexpertin und Dentalhygienikerin Julia Haas (Fachbereich Dentalhygiene & Präventionsmanagement an der E U | F H Campus Köln) immer wiederkehrende Fragen zum Thema Prophylaxe.



## Kompetenz schafft Vertrauen und die Grundlage für nachhaltige Prophylaxe

Gerade wenn es um ein – aus der Perspektive der Dentalexperthen – grundlegendes und vermeintlich einfaches Thema wie Prophylaxe geht, empfinden viele Patienten Unsicherheit: Wie putze ich richtig? Warum ist eine professionelle Zahnreinigung (PZR) wichtig? Das Gespräch mit dem Patienten bietet für Zahnarzt und Praxisteam die Chance, Falschannahmen zu berichtigen, Wissen zu vermitteln und das Vertrauen der Patienten zu gewinnen. Diese sollten verstehen, dass ein umfassendes Biofilmmangement eine der nachhaltigsten Maßnahmen ist, um Zähne und Zahnfleisch langfristig gesund zu halten. Dazu gehört die PZR in der Praxis ebenso wie die häusliche 3-fach-Prophylaxe, bei der die mechanische Reinigung mit einer Mundspüllösung mit antibakterieller Wirkung (z. B. Listerine®) optimiert wird. Wissen, Verstehen und Vertrauen sind die mitunter wichtigsten Grundlagen für Erfolg. Dies trifft vielfach zu: auf wirtschaftende Unternehmen, wissenschaftlichen Fortschritt, die Teilnahme an Quizshows – auf eine nachhaltige Prophylaxe. Für den Patienten sind das

Wissen über das „Warum“ und „Wie“, seine persönlichen Mundpflegeerfordernisse sowie eine konkrete (Be-) Handlungsempfehlung von zentraler Bedeutung. Zahnärztin/Zahnarzt und Dentalhygienikerin/Dentalhygieniker (DH) sind ideale Ansprechpartner für alle Fragen zur Prophylaxe in der Praxis, aber auch zu Hause.

Patienten-FAQ zur häuslichen Mundhygiene

***Soll ich eine Handzahnbürste oder elektrische Zahnbürste verwenden?***

Grundsätzlich müssen Patienten wissen, dass mindestens zwei Minuten lang geputzt werden sollte – unabhängig von der Zahnbürste. Basierend auf der aktuellen S3-Leitlinie „Häusliches mechanisches Biofilmmangement in der Prävention und Therapie der Gingivitis“ kann die Verwendung von elektrischen Zahnbürsten

empfohlen werden. Gegenüber Handzahnbürsten führen sie zu einer geringfügigen, aber statistisch signifikant größeren Reduktion von Gingivitis.<sup>2</sup>



Julia Haas

### Was soll ich zur Zahnzwischenraumreinigung verwenden?

Das kommt auf den Zahnzwischenraum an. Da sich in jedem Mund andere anatomische Verhältnisse finden lassen, fällt diese Antwort sehr individuell aus. Deshalb sollte gemeinsam mit dem Patienten herausgefunden werden, ob eine Reinigung mit Zahnseide oder eher mit Interdentalraumbürsten (IDR-Bürsten) angezeigt ist. Wenn die Wahl auf IDR-Bürsten gefallen ist, muss außerdem die richtige Größe ermittelt werden.

Die Motorik spielt ebenfalls eine Rolle. Die Anwendung von Zahnseide ist komplexer als sie vielleicht auf den ersten Blick scheint. Auch die Anwendung von IDR-Bürsten stellt manchen Anwender vor Herausforderungen. Hier gibt es noch die Möglichkeit, auf sogenannte Sticks aus Kunststoff oder Zahnhölzer auszuweichen. Studien haben allerdings gezeigt, dass der Reinigung mit den Bürsten den Vorzug gegeben werden sollte.<sup>3,4</sup>

### Welche Hilfsmittel sind sonst noch empfehlenswert?

Zusätzlich zur mechanischen Reinigung mit der Zahnbürste und der Reinigung der Zahnzwischenräume ist die Anwendung einer Mundspüllösung mit antibakterieller Wirkung zu empfehlen. Diese Art der Prophylaxe ist auch als 3-fach-Prophylaxe bekannt. Hier sind die verschiedenen Listerine® Produkte zu empfehlen, in denen ätherische Öle zum Einsatz kommen. Die aktuelle S3-Leitlinie „Häusliches chemisches Biofilmmangement in der Prävention und Therapie der Gingivitis“ bestätigt den zusätzlichen Nutzen der Mundspülung mit ätherischen Ölen.<sup>5</sup>

### Mundspüllösungen? Ich kann doch auch mit dem Schaum der Zahnpasta und Wasser spülen?

Dieser Gedanke ist gar nicht so falsch. Tatsächlich sollte beachtet werden, dass die Zahnpasta einen bestimmten Zeitraum benötigt, damit die Inhaltsstoffe wirken können. Als Faustregel gilt: mindestens zwei Minuten Zähneputzen. Die meisten Menschen spülen den Mund nach dem Zähneputzen

gründlich mit Wasser aus. Besser ist es aber, dies vorher zu tun und die Zahnpasta nach dem Putzen nur auszuspucken oder so wenig wie möglich zu spülen, damit ihre Inhaltsstoffe wirken können. Zur zusätzlichen Reduktion von Plaque, um Zahnfleischerkrankungen, wie z. B. Gingivitis, zu verhindern, empfiehlt sich zusätzlich die Verwendung einer Mundspüllösung mit antibakterieller Wirkung.

„Eine kompetent ausgeführte Prophylaxesitzung wird nicht wehtun, und es gibt keinen Grund, sich zu fürchten.“

### Patienten-FAQ zur Prophylaxe in der Praxis

*Ich bin Angstpatient, regelmäßig zum Zahnarzt zu „müssen“, ist für mich sehr schwer. Wie können Prophylaxeexperten meine Angst lindern?*

Reagieren Sie sensibel, nehmen Sie sich Zeit und kommen Sie mit dem Patienten ins Gespräch – wenn möglich zunächst fernab des Behandlungsstuhls. Vermitteln Sie Ihren Patienten, dass sie sich selbst für ihre Ängste keine Vorwürfe machen und/oder aus Scham nicht den Zahnarztbesuch vermeiden sollten. Eine kompetent ausgeführte Prophylaxesitzung wird nicht wehtun, und es gibt keinen Grund, sich zu fürchten. Zudem ist es sehr hilfreich, die Hintergründe der Angst Ihres Patienten zu verstehen: Ist es die Angst vor Schmerzen oder davor, eine Spritze zu bekommen? Oder aufgrund eines schlechten Mundgesundheitsstatus „vorgeführt“ zu werden? Häufig sind Patienten schlecht informiert und machen sich deshalb unnötige Sorgen. Hören Sie verständnisvoll zu und klären Sie auf. Um auch am Tag der Untersuchung oder Behandlung den Stress für Ihre Angstpatienten so gering wie möglich zu halten, sollten Sie mehr Zeit einplanen und den Termin pünktlich beginnen. Auch der Aufenthalt im Wartezimmer kann die Anspannung selbst in einer „Wohlfühlatmosphäre“ erhöhen.



## Itis-Protect®

Zum Diätmanagement bei Parodontitis

## Wirkt bei beginnender und chronischer Parodontitis

60 % entzündungsfrei in 4 Monaten

Studien-geprüft!



- ✓ unterstützt ein gesundes Mikrobiom
- ✓ trägt zur Regeneration von Gewebe bei
- ✓ stabilisiert das Immunsystem

Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät).  
Nicht zur Verwendung als einzige Nahrungsquelle geeignet.  
Nur unter ärztlicher Aufsicht verwenden.

Mehr Informationen erhalten Sie unter [itis-protect.de](https://www.itis-protect.de)



und auf [hypo-a.de/infos](https://www.hypo-a.de/infos)  
Fax +49 (0)451 30 41 79

Praxisstempel



© Viacheslav Iakobchuk – stock.adobe.com

**Warum ist PZR sinnvoll? Ich reinige doch selbst gründlich und ich habe keinerlei Beschwerden.**

Es gibt bestimmte Nischen im Mund, die selbst ein Prophylaxeexperte nur schwer erreicht. Noch schwieriger ist es für Ihre Patienten. Es ist von zentraler Bedeutung, diese Nischen regelmäßig professionell reinigen zu lassen, um Erkrankungen, wie z.B. Gingivitis oder Parodontitis, vorzubeugen. Häufig gehen diese Erkrankungen nicht mit Symptomen einher.

**„Geben Sie Ihren Patienten genaue Reinigungstipps, zeigen Sie diese auch und fordern Sie die Patienten dazu auf, die Tipps noch in der Prophylaxesitzung nachzumachen.“**

Natürlich sehen die Profis in der Praxis Unterschiede in der Reinigungsperformance der einzelnen Patienten. Geben Sie Ihren Patienten genaue Reinigungstipps, zeigen Sie diese auch und fordern Sie die Patienten dazu auf, die Tipps noch in der Prophylaxesitzung nachzumachen. Nur so können Sie sichergehen, dass Ihr Patient das

Erklärte richtig verstanden hat und zu Hause auch wirklich korrekt umsetzt. Wenn sich die Reinigungsperformance daheim verbessert, können auch die Intervalle bis zum nächsten Prophylaxetermin ggf. verlängert werden.

**Wie stellen Prophylaxeexperten eigentlich fest, dass etwas mit meinem Zahnfleisch nicht stimmt? Welche Behandlung erfolgt dann?**

Hierzu ist es wichtig, regelmäßig den Parodontalen Screening-Index (PSI) zu erheben. Dieser ist eine Vorsorgeuntersuchung, die den parodontalen Zustand, also von Zahnfleisch und Zahnhalteapparat, bestimmt. Die Untersuchung wird mit einer stumpfen Sonde, der WHO-Sonde, unter Einhaltung eines vorgegebenen Drucks von ca. 25g vorgenommen. Die gesetzlichen Krankenkassen bezahlen diese Untersuchung alle zwei Jahre. Viele Zahnarztpraxen erheben ihn aber bei jeder Vorsorgeuntersuchung oder im Rahmen der Zahnreinigung.

Je nach Index ergeben sich zunächst weitere Untersuchungen, bevor es zu eventuell notwendigen Behandlungsmaßnahmen kommt. Diese reichen je nach Index von individuell angepassten Recallintervallen zur Prophylaxe (Zahnreinigung) bis zur Parodontitistherapie.

Fazit

Es lohnt sich, Patientenfragen ernst zu nehmen. Die Prophylaxe bildet das Fundament der Zahn- und Mundgesundheit Ihrer Patienten. Nehmen Sie sich die Zeit, genau auf die Fragen Ihrer Patienten einzugehen. In den aktuellen S3-Leitlinien der DG PARO und DGZMK zum Thema „Häusliches mechanisches Biofilmmangement in der Prävention und Therapie der Gingivitis“ finden Sie viele hilfreiche und wissenschaftlich fundierte Empfehlungen für Ihre Patienten. Die Leitlinien richten sich ausdrücklich nicht nur an Zahnärzte, sondern an das gesamte Praxisteam. Denn speziell für Zahnmedizinische Prophylaxeassistentinnen und DHs ist es sinnvoll, nicht nur Experten in puncto professionellem Biofilmmangement in der Zahnarztpraxis, sondern auch für zu Hause zu sein.

Kontakt

**Johnson & Johnson GmbH  
Listerine**

Johnson & Johnson Platz 2  
41470 Neuss  
Tel.: +49 2137 936-0  
www.listerine.de



# WIR ERWECKEN DIE PROPHYLAXE- GÖTTIN IN DIR –

mit dem wöchentlichen Newsletter für die Zahnärztliche Assistenz.



## ZWP ONLINE

[www.zwp-online.info](http://www.zwp-online.info)



Die aktuellen Newsletter sind auch online einsehbar – ganz **ohne Anmeldung** und Verpflichtung.

Einfach den QR-Code scannen, Newsletter auswählen und selbst überzeugen.