© Prostock-studio – stock.adobe.com

ZAHNZWISCHENRAUMREINIGUNG

Ein fester Bestandteil der täglichen Zahnpflege

Ein Beitrag von Janine Multhaupt

INTERDENTALE HILFSMITTEL /// In der zahnärztlichen Praxis versuchen Mitarbeiter in der Prophylaxe ihren Patienten die notwendigen Hilfsmittel für eine gute Zahnpflege zu vermitteln, doch oftmals werden diese Empfehlungen nicht umgesetzt.[1] Woran liegt das? Und was können Prophylaxe-Profis tun, damit sich die Patienten mehr mit diesem entscheidenden Bereich im Mund beschäftigen? Diesen Fragen geht Janine Multhaupt, Zahnmedizinische Fachangestellte aus Düsseldorf, nach.

Literatur

SUNSTAR Deutschland GmbH
Infos zum Unternehmen

Warum ist es so wichtig, die Zahnzwischenräume zusätzlich zu reinigen? Direkt nach dem Zähneputzen bildet sich ein dünner Film (Pellikel) auf der Zahnoberfläche, der nicht gefährlich, sondern nützlich ist. Das Pellikel schützt vor Demineralisation, bildet aber einen Nährboden für Bakterien. Auf diesem können sich weitere Bakterien ansiedeln, sodass sich die Mundflora ändert. Die Stoffwechselprodukte der pathogenen Bakterien greifen die Zahnoberfläche und Mundschleimhaut an. Karies, Gingivitis und Parodontitis können die Folge sein.

Parodontitis wird mittlerweile mit zahlreichen systemischen Erkrankungen in Verbindung gebracht. Doch die Umsetzung der Pflegetipps zum Schutz vor Parodontitis, die in der Prophylaxe gegeben werden, ist eine große Herausforderung für Patienten. Oftmals beherrschen sie nicht die richtige Zahnseide-Technik für einen optimalen Reinigungseffekt oder erschrecken, wenn es bei der Reinigung blutet, und unterlassen dann fälschlicherweise eine gründliche Belagentfernung. Damit Patienten nicht in diesen Teufelskreis geraten, werden sie in unserer Praxis umfassend aufgeklärt, getreu dem Motto: „Die meiste Zeit verbringt der Patient mit seinen Zähnen. Die Praxis leiste nur Hilfe zur Selbsthilfe." Eine tägliche effektive Mund- und Zahnhygiene ist die Basis für die gingivale Gesundheit. Sie kann das Auftreten von Zahnfleischerkrankungen und deren negativen Folgen für die Allgemeingesundheit signifikant reduzieren.[2] Die Zerstörung beziehungsweise Entfernung des Biofilms wird an den bukkalen, oralen und okklusalen Flächen des Zahns mittels Zahnbürste (elektrisch oder manuell) zuverlässig erreicht und ist die weltweit am häufigsten verwendete Methode zur Zahnpflege.[6] Von den fünf zu reinigenden Zahnflächen werden ohne zusätzliche Zahnzwischenraumreinigung jedoch nur drei ausreichend gereinigt und zwei überhaupt nicht. So ergibt sich, dass etwa 40 Prozent unterputzt sind. In den Makroretentionen der Zwischenräume kommt es zu

Eurus

Entwickelt für eine perfekte Hygiene

Instrumenten-
Reinigungssystem

Abnehmbare Griffe
und Abdeckung

Saugschlauch-
Reinigungssystem

Autoklavierbare
Köchereinsätze

Partner von:

BVD

VDDI

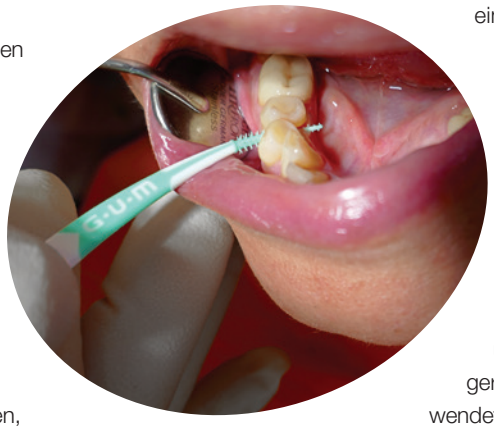
Belmont
TAKARA COMPANY EUROPE GMBH

Berner Straße 18 · 60437 Frankfurt am Main
Tel. +49 (0) 69 50 68 78-0 · Fax +49 (0) 69 50 68 78-20
E-Mail: info@takara-belmont.de
Internet: www.belmontdental.de

einer ungestörten bakteriellen Plaquevermehrung mit all ihren negativen Auswirkungen auf das Parodont.
Jeder Patient, der sich in unserer Praxis im Prophylaxe-Recall befindet, erhält individuelle Lösungen zur Zahnzwischenraumreinigung. Diese sind abgestimmt auf das Alter, die Fingerfertigkeit, die Größe der Zahnzwischenräume und den parodontalen Zustand.

Welche Hilfsmittel stehen Patienten zur Verfügung?

Zahnseide



Zahnseide gibt es in vielen verschiedenen Varianten. Die wichtigste Unterscheidung ist die zwischen gewachster und ungewachster Zahnseide. Gewachste Zahnseide ist die gängigste Zahnseide. Sie ist leicht auch in engen Zahnzwischenräumen anwendbar, da sie eine gute Gleitfähigkeit hat. Generell muss bei der Verwendung von Zahnseide auf die richtige Technik geachtet werden. Es sollte ein ausreichend langes Stück verwendet werden, etwa 50 cm. Dieses wird über die Mittelfinger beider Hände gewickelt und mit Daumen und Zeigefinger zwischen den Zähnen dirigiert. Mit dem etwa 2 cm gespannten Arbeitsabschnitt der Zahnseide werden die Zwischenräume einer nach dem anderen gereinigt. Nach Überwindung des Kontaktpunkts wird die Zahnseide c-förmig entlang der mesialen und distalen Approximalflächen bis in den Sulkus geführt und danach entfernt. Diese Technik erfordert einiges an Geschick, daher fällt es vielen Patienten schwer, sich täglich zur Anwendung zu motivieren.[3] Alternativ zur Zahnseide greifen Patienten gerne zu den Flossetten. Das ist ein bereits gespannter Zahnseidefaden, der von einer Kunststoffvorrichtung gehalten wird. Dadurch wird die Anwendung zwar erleichtert, aber die Reinigungsleistung ist schlechter, da die Zahnseide sich nicht optimal an die Zahnkontur anlegen kann. Zudem erhöht sich die Verletzungsgefahr, da viele Patienten die Zahnseide in den Zwischenraum einführen, indem sie auf den Zahnseide-Stick beißen. Dadurch wird der Zahnseidefaden mit stark erhöhtem und unkontrolliertem Druck durch den Kontaktpunkt gedrückt. Dies kann zu Verletzungen am Zahnfleisch führen. Eine weitere Form der Zahnseide ist das Super Floss (Oral-B). Das ist ein vorgeschnittener Faden mit einem verstärkten Anfang, der das Einführen des Fadens in den Zwischenraum erleichtert, gefolgt von einem beflockten, bauschigen Anteil, der vorrangig zur Reinigung verwendet wird. Der Rest des Fadens besteht aus herkömmlicher Zahnseide. Das Super Floss wird für die Reinigung von Brückengliedern und Implantaten verwendet. An Implantaten benötigt man Super Floss zu der empfohlenen Krawattenreinigung am Implantathals.

Interdentalbürsten

Interdentalbürsten (TePe, GUM® TRAV-LER®) sind vom Aussehen „Miniatur-Flaschenbürstchen“ mit einem kunststoffummantelten Metalldraht, der konische oder zylindrische Borsten hält. Diese Bürsten gibt es in unterschiedlichen Größen, die vor Verwendung am besten durch geschultes Personal individuell für den Patienten festgelegt werden sollte. Studien belegen schon seit Jahren, dass die Reinigung des Zahnzwischenraums mittels Interdentalbürsten effektiver als die Verwendung von Zahnseide ist.[2] Die Borsten fächern sich beim Einführen in den Zwischenraum auf, schmiegen sich an die Approximalflächen an und ermöglichen so eine gründliche Entfernung der Plaque. Zudem empfinden viele Patienten diese Reinigungsmethode einfacher als das Fädeln mit Zahnseide. Daher ist die Compliance höher und gingivale Entzündungen können zuverlässiger reduziert werden.[3]
Eine zunehmend größere Rolle spielen metallfreie, gummierte Interdentalbürsten (GUM® SOFT-PICKS® ADVANCED). Die Gummi-Interdentalreiniger haben einen Kunststoffkern mit Gumminoppen, die die Reinigung übernehmen. Die Gummi-Interdentalreiniger werden von den Patienten gerne verwendet, da sie einfacher in den Zahnzwischenraum einzuführen sind.[4] Außerdem sind sie sehr angenehm, da sie den Zwischenraum nicht so stark ausfüllen wie Interdentalbürsten. Die Noppen an der Spitze der Bürste können zudem durch Massage der Gingiva eine bessere Durchblutung des Zahnfleischs im Zwischenraum erreichen.[5] Die Zahnzwischenraumreinigung mit Interdentalbürsten gilt als Goldstandard, aus diesem Grund werden in unserer Praxis nahezu alle Patienten dazu angeleitet, Interdentalbürsten zu verwenden – gerne auch in Kombination mit Zahnseide oder Super Floss. Sollten sich bei den Reinigungsversuchen zu Hause große Anwendungsschwierigkeiten mit den empfohlenen Hilfsmitteln zeigen, so finden wir Alternativen, wie z. B. die Gummi-Interdentalreiniger. Denn Studien belegen, dass die Verwendung von Interdentalbürsten zu einer signifikant größeren Reduktion von interdentaler Plaque führt als Zahnseide.[6] Der Schweregrad der gingivalen Entzündung[7] sowie Taschentiefe[8] und Blutungsindex[9] konnten ebenfalls gesenkt werden.

Fazit

Patienten sollten verstehen, dass zur Prävention von Zahnfleischerkrankungen eine Reinigung ausschließlich mit Zahnbürste und Zahnpasta nicht ausreichend ist. Geeignete Hilfsmittel – idealerweise Interdentalbürsten – müssen in die tägliche Mundpflegeroutine aufgenommen werden. Patienten benötigen wiederkehrende Aufklärung und Motivation, damit sie eine möglichst effektive Zahnpflege durchführen können. Die Compliance der Patienten ist unsere größte Verbündete im Kampf gegen die Volkskrankheiten Gingivitis, Parodontitis und Karies.

Janine Multhaupt
Zahnmedizinische Fachangestellte · Dentales Präventionsmanagement

Der dent.apart-Zahnkredit:
Trifft bei deinem Patienten den Nerv. Garantiert!

- **keine** Vertragsbindung
- Auszahlung auf **dein** Praxiskonto **vor** Behandlungsbeginn
- komplett **ohne** Rückbelastung

Jetzt **kostenfreies** Starterpaket bestellen.

dent.apart®
Einfach bessere Zähne.

dentapart.de 0231 - 586 886 0