Die Zähne richtig zu pflegen, ist unerlässlich, aber auch manchmal gar nicht so einfach. Welche Zahnbürste soll man benutzen? Wie putzt man die Zähne richtig? Wie pflegt man die Zahnzwischenräume? Viele Patienten überfordert die häusliche Prophylaxe. Eine gute Kommunikation seitens des zahnmedizinischen Personals und ein laiengerecht formuliertes Basiswissen schaffen Abhilfe. Außerdem sorgen die richtigen Produkte, wie beispielsweise die Philips Sonicare 9900 Prestige Schallzahnbürste, dafür, die tägliche Mundhygiene zu optimieren sowie auf die individuellen Bedürfnisse der Patienten einzugehen.

Philips GmbH
[Infos zum Unternehmen]

Literatur

Zähne richtig putzen und pflegen

Expertentipps zur häuslichen Prophylaxe

Eine Zahnbürste allein garantiert nicht für die optimale Gesundheit der Zähne – auch die richtige Putztechnik muss erlernt und angewendet werden. Abhängig ist diese vor allem von der Wahl der Zahnbürste. Entscheiden sich Patienten für eine Handzahnbürste, empfehlen Experten die sogenannte „Bass-Methode".[1] Dabei wird die Zahnbürste in einem Winkel von 45 Grad zur Zahnkrone angesetzt und die Zähne werden unter leichtem Druck in kleinen rüttelnden Bewegungen gereinigt.
Bei einer elektrischen Zahnbürste mit einem runden Bürstenkopf wird dieser parallel zu den Zähnen auf und ab bewegt. Es muss dabei darauf geachtet werden, dass die Bürste den Zahn nur dort aktiv reinigt, wo sie ihn auch berührt. Etwas weniger Fingerspitzengefühl bedarf es bei der elektrischen Schallzahnbürste: Bei einem länglichen Bürstenkopf erfolgt das Putzen ähnlich wie bei einer Handzahnbürste. Der Vor-

Abb. 1: Elektrischen Schallzahnbürsten ermöglichen eine besonders schonende Reinigung der Zähne.

Die Beiträge in dieser Rubrik stammen von den Herstellern bzw. Vertreibern und spiegeln nicht die Meinung der Redaktion wider.

Abb. 2: Die Philips Sonicare 9900 Prestige optimiert die tägliche Mundhygiene und passt sich den individuellen Patientenbedürfnissen an.

teil hierbei ist allerdings, dass die Zahnbürste die rüttelnden Bewegungen automatisch durchführt und die Schallzahnbürste dadurch nur sanft entlang des Zahnfleischsaums geführt werden muss. Damit werden die Zähne druckfrei und besonders schonend gereinigt. Nicht nur durch eine unkomplizierte Handhabung überzeugen Schallzahnbürsten, sie weisen auch deutliche Vorteile in der Entfernung von Bakterien und Zahnbelag auf. Der durch eine spezielle Kombination aus Geschwindigkeit und Ausschlagwinkel der Filamente erzeugte Flüssigkeitsstrom von Schallzahnbürsten entfernt Biofilm über die Reichweite der Borsten hinaus und erreicht sogar Zahnzwischenräume. Demnach ist die Schallzahnbürste besonders gut für die tägliche Prophylaxe geeignet.[2]

Einfach und effektiv: Interdentalpflege

Eine Schallzahnbürste bildet für die Interdentalpflege eine gute Basis, reicht jedoch nicht aus, um die Zahnzwischenräume ausreichend zu reinigen. Zusätzlich zur Zahnbürste sollten Patienten deshalb stets auf weitere Hilfsmittel zurückgreifen. Je nach Vorlieben und Kompetenzen des Patienten bieten sich beispielsweise Zahnseide oder Interdentalbürsten an. Der Umgang mit diesen Mundhygienewerkzeugen muss jedoch erlernt und zunächst bei der zahnärztlichen Behandlung demonstriert werden. Der nicht ordnungsgemäße Gebrauch der Zahnseide kann zu Verletzungen und Reizungen am Zahnfleisch führen. Eine zeitsparende und unkompliziertere Möglichkeit für die Interdentalpflege stellt beispielsweise der Philips Sonicare AirFloss Ultra dar. Dieser entfernt effektiv Plaque, der sich in den Zahnzwischenräumen sammelt, und sorgt dadurch bei regelmäßiger Benutzung für ein gesünderes Zahnfleisch.

Individualisieren und optimieren

So vielfältig die Patienten sind, so unterschiedlich sind auch ihre Bedürfnisse hinsichtlich der häuslichen Prophylaxe. Ein individuelleres, optimiertes Putzerlebnis bietet deshalb die Philips Sonicare 9900 Prestige Zahnbürste. Diese vereint die Vorteile einer Schallzahnbürste und die innovative SenseIQ Technologie. Dadurch kann während der Zahnreinigung der individuelle Putzstil identifiziert und angepasst werden. Wenn Patienten beispielsweise zu stark aufdrücken, reduziert die Bürste automatisch die Intensität. Durch Lichtimpulse, Vibration oder die dazugehörige App kann der Patient außerdem kontinuierlich sein eigenes Putzverhalten reflektieren, gegebenenfalls anpassen und optimieren.[3]

Fazit

Mit einer guten Putztechnik, einem fundierten Basiswissen sowie den richtigen Hilfsmitteln und Produkten, können Patienten Tag für Tag für schöne und gesunde Zähne sorgen.

Kontakt

Philips GmbH
Röntgenstraße 22, HQ4B
22335 Hamburg
Tel.: +49 40 349713010
sonicare.deutschland@philips.com
www.dentalshop.philips.de/

Die Beiträge in dieser Rubrik stammen von den Herstellern bzw. Vertreibern und spiegeln nicht die Meinung der Redaktion wider.