

Reinigung der Zahnspangen



Dr. med. dent. Louis Niestegge
Dr. med. dent. Victor Schlee
Alfred Bucherer Str.6
53115 Bonn Eendenich
Kulturmeile
Tel + (49) 228 623907
Fax +49 (0) 228 6204 262

Zahnpflege bei Zahnspangen besonders wichtig

Für Patienten, die eine herausnehmbare Zahnspange tragen, ist eine gründliche und regelmäßige Zahn- und Klammerpflege besonders wichtig. Speisereste können sich nämlich leichter zwischen den Zähnen oder an der Klammer festsetzen und die Entstehung von Plaque (Zahnbelag) beschleunigen: ein gefährlicher Nährboden, denn Plaque ist eine flächenhafte Ansammlung von vielen Millionen Bakterien, die durch Säureausscheidung Karies verursachen. Träger von losen Zahnspangen müssen deshalb mehr als andere für die Gesundheit ihrer Zähne tun.

Die richtige Putztechnik

Das Zähneputzen und auch die Verwendung geeigneter Hilfsmittel sind nach jeder Mahlzeit Pflicht. Zusätzlich kann es empfehlenswert sein, die Zähne zur Vorbeugung (Prophylaxe) regelmäßig professionell vom Zahnarzt reinigen zu lassen. Zum Ritual werden sollte das Zähneputzen nach jeder Haupt- und Zwischenmahlzeit – und zwar mindestens drei Minuten. Jeder Zahn muss von allen Seiten topsauber gereinigt werden. Und das bedeutet: von außen und innen inklusive der Zwischenräume. Bei elektrischen Zahnbürsten geht man übrigens genauso vor wie mit normalen Zahnbürsten.

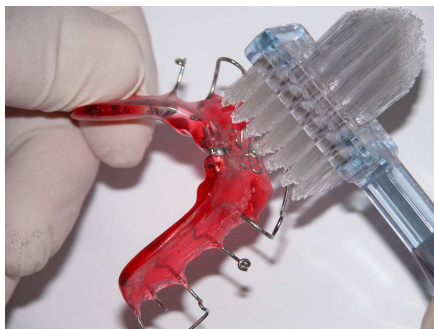
Hilfsmittel für die Zwischenräume

Genauso wichtig wie der richtige Umgang mit der Zahnbürste ist auch der Einsatz von Zahnseide. Mit Zahnseide lassen sich die Zahnzwischenräume gründlich reinigen.

Übrigens:

Die Zähne sollten erst recht besonders gründlich geputzt werden, wenn das Zahnfleisch empfindlich ist und blutet. Zahnfleischbluten ist nämlich ein Zeichen für eine Entzündung und diese kann alleine schon durch eine gründliche Zahnreinigung von selbst abklingen.

Eine spezielle Prothesenbürste entfernt hartnäckige Beläge



Die tägliche Reinigung ist nicht nur für die Zähne, sondern auch für die abnehmbare Zahnspange selbstverständlich. Am besten putzt man sie vorsichtig mit einer Zahnbürste oder mit einer speziellen Prothesenbürste unter fließendem Wasser. Selbstverständlich kann auch Zahnpasta verwendet werden. Um Zahnsteinablagerungen zu beseitigen, sollte die Zahnspange einmal pro Woche für circa 15 Minuten in ein sprudelndes Reinigungsbad gelegt werden – auf keinen Fall aber in heißes oder kochendes Wasser. Aufbewahren lässt sie sich am besten in einer extra dafür vorgesehenen Klammer-Box. So wird die Zahnspange ideal vor Verunreinigungen und Verformungen geschützt.

Individualprophylaxe und professionelle Zahnreinigung beim Zahnarzt

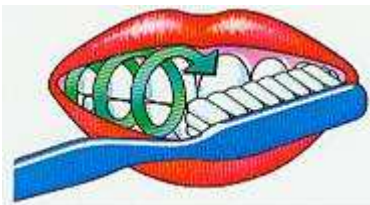
Träger von Zahnspangen sollten regelmäßig eine Individualprophylaxe durchführen lassen. Dazu gehört, dass der Zahnarzt oder die Zahnarzhelferin dem Patienten spezielle Zahnputztechniken und den Einsatz von Hilfsmitteln erklärt. Darüber hinaus wird der Übungserfolg während des Behandlungszeitraums kontrolliert und dokumentiert.

Tragegewohnheiten und Reinigung im Alltag

Alle herausnehmbaren kieferorthopädischen Apparaturen wirken nur dann, wenn sie regelmäßig nachmittags und nachts getragen werden. Nur zum Essen, zum Sport und in der Schule sollten die Apparaturen herausgenommen werden. Wichtig ist auch die gründliche Reinigung der Spezial- Klammern, denn die Zahnspangen müssen regelmäßig, wie die Zähne auch, von schädlichem Belag (Plaque) befreit werden.

Sollte sich im Mund eine Druckstelle bilden oder etwas von dem Aktivator oder Bionator abbrechen, dann hilft nur eins: Sofort zum Kieferorthopäden oder Zahnarzt gehen und reparieren lassen!

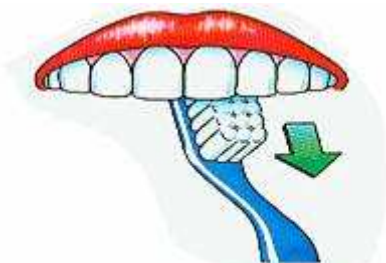
Wir empfehlen folgende Zahnputztechnik:



Stell deine Schneidezähne aufeinander und putz mit kreisenden Bewegungen von „rot nach weiß“ erst die Frontzähne, dann den Seitenzahnbereich



Nun nimm den Griff der Zahnbürste einfach in die Faust und bürste mit kräftigen Drehbewegungen die Innenseite der Backenzähne. (Drehe das Handgelenk wie beim Motorradspielen, wenn du Gas gibst.)



Bei den Innenflächen der Schneidezähne musst du jeden Zahn einzeln bürsten



Dann schrubbst du die Kauflächen der Backenzähne gründlich. Links oben anfangen, dann links unten und dann rechts oben und rechts unten.