

BEUTINDENTAL

Meisterlabor

Rund um die Themen Mundhygiene und Zahngesundheit

Wussten Sie schon, dass...

- ... Zähne und Körper eng miteinander in Verbindung stehen? Der halbjährliche Kontrollbesuch beim Zahnarzt sollte daher selbstverständlich sein – Ihrer Gesundheit zuliebe.
- ... eine gesunde Ernährung auch Voraussetzung für gesunde Zähne ist? Gummibärchen und Schokolade haben nicht nur viele Kalorien, sondern bleiben durch ihre klebrige Konsistenz lange auf den Zähnen haften und können so Karies verursachen. Wer darauf nicht verzichten will: Die Leckereien zügig hintereinander verzehren und danach die Zähne gründlich reinigen.
- ... auch gesunde Lebensmittel schädlich für die Zähne sein können? Die fruchteigene Säure in Orangensaft zum Beispiel greift den Zahnschmelz an und weicht ihn auf. Der Zahnarzt empfiehlt daher: Nach säurehaltigen Lebensmitteln den Mund zunächst mit klarem Wasser ausspülen und erst nach weiteren 30 Minuten die Zähne reinigen.
- ... Rauchen nicht nur negative Folgen für Organe, sondern auch für die Mundgesundheit haben kann? Raucher haben ein fünfmal höheres Risiko, an Parodontitis zu erkranken, die das Zahnfleisch angreift und im schlimmsten Fall zu Zahnausfall führen kann. Raucher müssen ihre Zähne daher besonders intensiv pflegen und sollten regelmäßige Kontrollbesuche beim Zahnarzt unbedingt einhalten.
- ... auch Babys erste Zähne von Anfang an gereinigt werden müssen? Im Handel gibt es dafür speziell weichere Kinderzahnbürsten und fluoridhaltige Zahnpasta. So wird die richtige Zahnpflege für Ihr Kind bald zur täglichen Routine.