

Pflegetipps für Zahnersatz

Der Zahnersatz– ob feststehend oder herausnehmbar – bedarf einer besonderen Pflege. Ein regelmäßig gepflegter Zahnersatz sieht nicht nur schöner aus, er verleiht dem Träger auch ein Gefühl der Sicherheit und beugt ernährungsbedingten Krankheiten und Parodontitis vor. Hier einige Pflegetipps:

1. Als einfache Grundregel gilt, die Prothese nach jeder Mahlzeit unter fließendem Wasser abzuspülen und den Mund auszuspülen.
2. Zum Putzen des Zahnersatzes und des eigenen Gebisses verwendet man am besten eine fluoridhaltige Zahnpasta.
3. Bei Implantaten ist der Übergang zwischen Zahn und Zahnfleisch an der Implantatstelle leichter durchlässig – das Risiko, dass Bakterien hier eindringen und im Umfeld des Implantates eine Entzündung hervorrufen, ist also nicht gering. Hier ist eine besonders gründliche Zahnpflege notwendig: Die tägliche Reinigung der Zahnzwischenräume mit Zahnseide und auch des Bereichs rund um das Einzelzahnimplantat ist deshalb wichtig: Wenn hier etwas mehr Platz ist, kann auch ein dickerer „Faden“ verwendet werden. Im Implantatbereich sind metallfreie Bürstchen zu empfehlen.
4. Bei Brückenversorgungen liegen die Zwischenglieder je nach Gestaltung nicht oder nur geringflächig auf der Schleimhaut auf. Darunter ist ein Bereich, der zwar schwer zu sehen ist, dennoch hygienisch sauber gehalten werden muss. Die hygienische Reinigung kann mit einer vorreinigenden Munddusche unterstützt und mit dickem Floss oder Interdentalraumbürstchen ohne Metallkern durchgeführt werden.
5. Den größten Pflegeaufwand benötigt herausnehmbarer Zahnersatz. Dieser sollte zweimal täglich gereinigt werden, so können auch eventuelle geruchsbildende bakterielle Fäulnisprozesse verhindert werden. Zur Reinigung eignet sich eine spezielle Prothesenzahnbürste und Gelzahnpasta. Leichte Ansätze von Zahnstein können durch ein Bad in warmem Essigwasser entfernt werden. Neben der Reinigung des Zahnersatzes sollte die der eigenen Zähne und des Zahnfleisches nicht in Vergessenheit geraten.
6. Zur Reinigung sollten Sie sich Zeit nehmen und sich nach Möglichkeit hinsetzen.
7. Für manuell eingeschränkte Patienten sind individuell gestaltete Griffe der Zahnbürsten oftmals eine Hilfe.
8. Älteren Menschen, deren Geschicklichkeit abgenommen hat, sollte man bei der Pflege ihrer Zähne helfen.
9. Wichtig ist auch die regelmäßige Vorsorge. Träger von feststehendem oder herausnehmbarem Zahnersatz sollten zweimal jährlich zur Kontrolle zum Zahnarzt gehen, auch wenn keine Probleme vorliegen.

Übrigens: Die wenigsten Patienten wissen, dass sie zweimal jährlich Anspruch auf eine kostenlose Prüfung durch ihren Zahnarzt haben. Sie können beim Check den Sitz der Prothese überprüfen lassen.