

PROPHYLAXE

Sind die Zähne einmal zerstört, können sie nur noch repariert oder durch künstliche Materialien ersetzt werden, die niemals ein gleichwertiger Ersatz für den eigenen natürlichen Zahn sein können.

Daher ist es wichtig, durch aktive Selbstvorsorge der Entstehung von Zahnschäden vorzubeugen, anstatt erst dann einzugreifen, wenn bereits Schäden entstanden sind.

Die beiden wichtigsten Arten der Zahnschädigungen, denen es vorzubeugen gilt, sind **Parodontose** und **Karies**. Beide werden durch Bakterien verursacht, die sich natürlicherweise in unserer Mundhöhle befinden.

Einige der Bakterien produzieren Säure aus zuckerhaltigen Lebensmitteln, die als Speisereste an den Zähnen haften bleiben. Diese Säure wiederum löst Mineralien aus unserem Zahnschmelz heraus. Je häufiger solche Säureattacken stattfinden und je länger sie dauern, desto schneller entsteht als Folge das altbekannte "Loch im Zahn", die Karies.

Eine Parodontitis hingegen entsteht durch Bakterienbeläge (=Plaque) sowie deren Verkalkungsprodukt, den Zahnstein. Beide Faktoren reizen das umliegende Zahnfleisch zur Entzündung, die sich ausbreiten kann und zu den Symptomen Zahnfleischbluten, Zahnfleischlockerung und Lockerung der Zähne bis hin zu Zahnverlust führen kann.

Um nun das Entstehen von Krankheiten wie Karies und Parodontitis zu vermeiden, setzt man dort an, wo deren Entstehung vorangetrieben wird. **Prophylaxe** ist demnach nichts anderes als ein frühzeitiges Einwirken auf die Faktoren, die die Entstehung und Ausbreitung dieser Krankheiten begünstigen.

Karies und Parodontitis ist vermeidbar - Wenn Sie und wir zusammenarbeiten !

Eine hochwirksame Prophylaxe - Maßnahme um Ihre Zähne vor Karies und Parodontitis zu schützen ist, neben einer guten Mundhygiene, eine gründliche Reinigung Ihrer Zähne in der Zahnarztpraxis, die so genannte Professionelle Zahnreinigung (PZR). Die regelmäßige häusliche Zahnpflege alleine reicht nicht aus, um alle Beläge (Plaque) - vor allem in den Zahnzwischenräumen und am Zahnfleischsaum - zu entfernen. Wussten Sie, dass man in 1 mg nasser Plaque ca. 250 Millionen Bakterien findet. Stoffwechselprodukte dieser Plaquebakterien verursachen Karies und auch die Entzündung des Zahnfleisches (Gingivitis). Aus einer Gingivitis entwickelt sich bei nicht Behandlung eine Parodontitis (Erkrankung des Zahnhalteapparat).

! *Um die Entstehung von Karies und Parodontitis zu vermeiden ist die Professionelle Zahnreinigung sehr wichtig.*

! *Die regelmäßige häusliche Zahnpflege alleine reicht nicht aus um Belege aus den Zahnzwischenräumen zu entfernen.*

Es folgen einige Informationen über die Professionelle Zahnreinigung !

1. Ist der Nutzen der PZR wissenschaftlich bewiesen ?

Ja, die Effektivität der PZR ist wissenschaftlich eindeutig belegt. Demnach kann mit der PZR und der Anwendung hochwirksamer Fluoridpräparaten Karies und Parodontitis nahezu vollständig vorgebeugt werden. Die Experten der Bundeszahnärztekammer betrachten die PZR, in Verbindung mit einer guten häuslichen Zahnpflege, als "eine effektive und höchst sinnvolle Prophylaxe - Maßnahme".

2. Wie unterscheidet sich die PZR von der Zahnsteinentfernung ?

Bei der Zahnsteinentfernung wird lediglich der mineralisierte, versteinerte Zahnbelag (Plaque) beseitigt. Die PZR geht viel weiter, mit ihr werden sämtliche bakteriellen Zahnbeläge entfernt. Auch Verfärbungen durch Kaffee, Tee oder Zigaretten werden mit einem Pulverstrahl beseitigt. Diese Komplettreinigung der Mundhöhle ist intensiver, gründlicher und vor allem sehr viel effektiver als die bloße Zahnsteinentfernung. Der Zahnschmelz und das Zahnfleisch werden durch die PZR nicht strapaziert.

3. Ist das regelmäßige Zähneputzen zu Hause Dank PZR weniger wichtig ?

Nein, die häusliche Mundhygiene ist und bleibt der wichtigste eigenverantwortliche Beitrag zur Prophylaxe.

4. In welchem Alter ist eine PZR sinnvoll ?

Es ist durchaus sinnvoll bereits die Kinder zur PZR zu schicken. Wenn das Erkrankungsrisiko für Karies sehr hoch ist und noch keine eigenverantwortliche häusliche Mundhygiene ausreichend vorhanden ist. Je früher die PZR in Anspruch genommen wird, desto größer ist die Chance nicht an Karies zu erkranken.

5. Wie oft sollte eine PZR gemacht werden ?

Wissenschaftliche Untersuchungen haben ergeben, dass die PZR alle sechs Monate die ideale Ergänzung zur gründlichen häuslichen Mundpflege ist, um die Zähne dauerhaft gesund zu halten. Je nach individuellem Erkrankungsrisiko können jedoch andere Zeitintervalle sinnvoll sein.

! *Ideal alle 6 Monate als Ergänzung zur häuslichen Mundpflege.*

6. Was kostet Prophylaxe ?

Der Stellenwert der Prophylaxe ist zur Zeit in unserem Denken noch weit unten angesiedelt. So sind viele der Meinung, dass nur Zahnersatz Geld kosten darf. Die Kosten für Prophylaxe hängen vom jeweiligen Leistungsumfang und Zeitaufwand ab.

! *Kosten hängen vom Leistungsumfang und Zeitaufwand ab.*

Sollten Sie Interesse an Prophylaxe bekommen haben, so werden wir Ihnen gerne einen individuellen Prophylaxe - und Kostenplan erstellen. Bei der Individualprophylaxe wird in mehreren Sitzungen individuell für Sie ein Vorsorgeprogramm zur Gesunderhaltung Ihrer Zähne und Ihres Zahnhalteapparates erarbeitet. Eine Untersuchung gibt Aufschluss über Ihre aktuelle Gebissituation und wir empfehlen und demonstrieren Ihnen die für Sie geeignete Zahnputztechnik und einzusetzenden Mundhygienehilfsmittel.

Die Fissurenversiegelung an den sogenannten Molaren (Backenzähnen) wird im Rahmen der Kinderprophylaxe auch von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen. Sollten die vierten bzw. fünften Zähne (Prämolaren) so tiefe Fissuren aufweisen, dass auch hier eine Versiegelung anzuraten ist, steht Ihnen diese Leistung selbstverständlich auch als gesetzlich Versicherter im Rahmen einer Privatleistung zur Verfügung.

Bei Kindern und Jugendlichen zwischen 6-17 Jahren werden die Kosten von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen. Nach dem 17. Lebensjahr ist diese Leistung eine Privatleistung.

Ihr Praxisteam
Dr. Annegret Schultze