## Fehleinschätzungen, die Zähne gefährden

*Fehleinschätzungen, die Zähne gefährden*

Immer noch gehen einige Erwachsene direkt nach dem Essen ihre Zähne putzen oder sie erteilen diesen Rat Kindern. Prinzipiell ist dagegen nichts einzuwenden, aber es gibt Ausnahmen, welche beachtet werden sollten. Denn nach dem Verzehr säurehaltiger Lebensmittel wie Obst und Limonaden ist es keineswegs ratsam direkt die Zähne zu putzen. Denn die Säure in diesen Lebensmittel greift die Zähne an und ein anschließendes Putzen kann somit die Zahnsubstanz schädigen. In solchen Fällen ist es besser, 30 Minuten zu warten. Denn dann hat der Speichel den Zahnschmelz wieder mit einer Schutzschicht überzogen und es kann bedenkenlos geputzt werden.

Heftiges Schrubben nicht angebracht

Auch beim Zähneputzen verfahren manche nach dem Motto "viel hilft viel", sprich die Zahnbürste wird mit starkem Druck angewandt. Das ist falsch und kann unter Umständen sogar dazu führen, dass Zahnfleisch beschädigt wird oder schwindet. Dadurch kann in der Folge Zahnbein abgetragen werden. Besser ist daher ein sanftes und kreisförmiges Putzen. Gut geeignet sich auch elektrische Zahnbürsten mit Druckkontrolle, die also bei zu starkem Druck ein Warnsignal geben.

Angst vorm Bohren

Wer Karies hat, muss unter den Bohrer. Allein diese Vorstellung sorgt bei Kindern oder Angstpatienten für große Probleme. Doch auch dies ist falsch. Denn bei leichter Karies gibt es auch andere Behandlungsmethoden, beispielsweise die sanfte Infiltrations-Methode. Dabei wird die kariöse Stelle mit einem Ätzgel aufgeraut und anschließend mit einem farblosen Kunststoff-Gel aufgefüllt und wieder versiegelt. Allerdings lässt sich diese Methode wirklich nur bei leichter Karies anwenden, bei schwerer ist das Bohren unerlässlich. "Allerdings muss das Bohren heutzutage niemanden mehr Angst machen. Denn mit lokaler Betäubung oder einer Lachgas-Sedierung können solche Eingriffe sanft und ohne unangenehme Nebenwirkungen für Patienten durchgeführt werden", sagt Dr. Martin Kaminsky, Ihr Zahnarzt Waidmannslust in Berlin .

Parodontitis größeres Problem als Karies

Dank Aufklärung, besseren Zahncremes und -bürsten und weiteren Faktoren ist die Karieshäufigkeit hierzulande statistisch gesehen zurückgegangen. Allerdings droht gerade im Alter ein viel größeres Problem, welches verstärkt auftritt. Die Rede ist von Parodontitis, also der Erkrankung des Zahnhalteapparates, was gerade im Alter das Problem Nummer 1 ist. Parodontitis kann nicht nur im Mundraum schlimmstenfalls zur Zahnverlust führen, sondern auch zu Gefäßverkalkungen oder Herzinfarkten führen, denn die Keime gelangen übers Zahnfleisch in die Blutbahn.

Die Zahnbürste reicht

Irrtümlich gehen immer noch viele Menschen davon aus, dass regelmäßiges und Zähneputzen mit der richtigen Technik ausreichend schützt. Allerdings wird mit der Zahnbürste nur etwa Dreiviertel der Zahnoberfläche gereinigt, gerade die wichtigen Zahnzwischenräume werden nicht erreicht. Zahnseide oder Zahnzwischenraumbürsten (Interdentalbürsten) sollten daher unverzichtbarer Bestandteil der täglichen Zahnpflege sein.

### Pressekontakt

Dr. med. dent. Martin Kaminsky

Herr Dr. med. dent. Martin Kaminsky
Zabel-Krüger-Damm 17
13469 Berlin

dentaltotal.de
info@dentaltotal.de

### Firmenkontakt

Dr. med. dent. Martin Kaminsky

Herr Dr. med. dent. Martin Kaminsky
Zabel-Krüger-Damm 17
13469 Berlin

dentaltotal.de
info@dentaltotal.de

Die komplette zahnmedizinische Versorgung aus einer Hand

Vorbeugung, Diagnostik und Therapie in allen Fachbereichen in einer Praxis! Durch einen persönlichen und partnerschaftlichen Umgang mit den Patienten soll ein gegenseitiges Vertrauen aufgebaut werden, das Voraussetzung für eine langfristige, erfolgreiche Patient-Arzt-Bindung ist.

Zur Ergänzung unserer Rundum-Betreuung arbeiten wir mit erfahrenen Oralchirurgen, Kieferorthopäden, Osteopathen und Physiotherapeuten zusammen.

dental total steht für Freundlichkeit und Kompetenz, umfassenden Service und kurze Wartezeiten, ausführliche Beratung und Aufklärung, modernste technische Ausstattung, höchste Ansprüche an Praxishygiene, regelmäßige Fortbildungen aller Mitarbeiter und eigenes Praxislabor mit Zahntechniker.