



Gemeinschaftspraxis für Zahnheilkunde

Dr. Norbert Ruffer

ZA Wolfgang Riek MSc

Dr. Stephanie Senzenberger

ZA Michael Mildenberger



Reinigung während der Multibandbehandlung

Heute hast du deine „feste Spange“ eingesetzt bekommen. Durch fest-sitzende Apparaturen wird die Zahn-pflege zweifellos komplizierter. Gerade dann ist eine super Zahnpflege und Mundhygiene aber sehr wichtig!

Wenn Speisereste nicht täglich und gründlich entfernt werden, bleiben Be-läge zurück, die deine Zähne mit der Zeit angreifen. Wird nämlich der Zahnbelag an den schwer zugänglichen Stellen nicht entfernt, kommt es in kurzer Zeit

zu Kalkverlusten an diesen Stellen – es bilden sich weiße Flecken als Vorstufe der Karies.

Wie oft putze ich?

Generell gilt

Nach **jeder** Mahlzeit mit einer Zahnbür-ste und fluoridhaltiger Zahnpasta die Zähne putzen (wie auf der nächsten Seite beschrieben).

Abends nach dem Zähneputzen mit

Zwischenraumbürstchen reinigen.

Danach mit der von uns verschriebenen Mundspüllösung spülen. Falls diese leer

Rathausstraße 4
73630 Remshalden

Telefon 071 51 / 205 37 60

Fax 071 51 / 205 37 80

E-Mail info@zahnaerzte-remshalden.de

Web www.zahnaerzte-remshalden.de

sein sollte, kannst du dir jederzeit, nach telefonischer Absprache, ein neues Rezept abholen – auch ohne Kontrolltermin.

Einmal wöchentlich (du kannst dir einen Tag aussuchen) solltest du fluoridieren. Trage nach der abendlichen Reinigung ein Fluoridgel, z. B. Elmex Gelee, mit der Zahnbürste auf die Zähne auf und spucke die Überschüsse danach nur noch aus – nicht mehr mit Wasser ausspülen. Somit kann das Gel über Nacht gut einwirken. Auf die Mundspüllösung solltest du dann nach dem Fluoridieren verzichten. Und, genauso wie bei der Mundspüllösung, kannst du dir auch beim Fluoridgel jederzeit nach telefonischer Absprache ein neues Rezept ausstellen lassen.

Wie putze ich?

Zahnbürste

Zuerst die Kauflächen schrubben – von einer Seite zur anderen Seite. Die Innenseiten der Zähne vom Zahnfleisch zum Zahn hin reinigen (hoch „streichen“).

Da besonders die Übergangsstellen zwischen Brackets und Zahn kritisch sind, müssen diese bei der Zahnpflege speziell beachtet werden: Die Zahnbürste zuerst von oben, dann von unten auf Brackets und Zahn setzen und mit horizontalen Bewegungen putzen.



Putzen von oben und putzen von unten.



Links: rotierende Zahnbürste
Rechts: Schallzahnbürste

Tipp:

Mit elektrischen Zahnbürsten wird genauso gereinigt wie mit Handzahnbürsten. Allerdings sollten hier weiche Bürstenköpfe und sensitive Zahnpasta verwendet werden. Bei der Wahl zwischen rotierenden Zahnbürsten und Schallzahnbürsten lieber Schallzahnbürsten verwenden.

Es sind auch spezielle Handzahnbürsten für kieferorthopädische Zwecke erhältlich. Mit den besonderen Bürstenköpfen kommt man noch einfacher an die schwierig zu reinigenden Stellen.



Spezielle Handzahnbürsten von links nach rechts:
KFO-Zahnbürste, Solo-Bürste, Sulkus-Bürste.

Zwischenraumbürstchen

Die Bürstchen werden zwischen Zahnfleischrand und Brackets angesetzt und mit horizontalen Bewegungen gereinigt. Ab den Eckzähnen wird das Bürstchen unter den Bracket-Häkchen geführt.

Unterhalb des Bogens zu reinigen ist dabei genauso wichtig. Man reinigt mit den Bürstchen an jeder Bracketseite mit leichtem Druck.

Tipp:

Beim wöchentlichen Fluoridieren eine kleine Menge Fluoridgelee auf die Bürstchen geben. Somit lässt sich das Gel leichter unter den Bogen und am Zahnfleischrand auftragen.

Das tägliche, gründliche Reinigen ist von großer Bedeutung: Denn schließlich sollen deine Zähne nach der Korrektur nicht nur gerade, sondern auch gesund sein!



Richtiger Umgang mit Zahnzwischenraumbürstchen.