



TIPPS ZUR ZAHNPFLEGE MIT FESTER ZAHNSPANGE

Durch die Brackets, die auf die Zahnoberflächen geklebt werden, entstehen bei einer festen Zahnsperange viele kleine Nischen, in denen sich Nahrungsmittelreste und bakterielle Beläge festsetzen können. Daher ist eine regelmäßige und gründliche Reinigung der Zähne besonders wichtig. Werden sie nicht sorgfältig genug geputzt, kann es zu Zahnfleischentzündungen, unschönen weißen Flecken (Entkalkungen/Vorstufe zur Karies) auf den Zähnen sowie zu Erkrankungen wie Karies oder Parodontitis kommen.

Zusätzlich zur Zahnbürste sollten Zahnzwischenraumbürstchen (Einbüschelbürste) und Zahnseide verwendet werden, um alle Oberflächen und Zwischenräume zu säubern. Empfehlenswert sind darüber hinaus eine fluoridierte Zahnpasta und ein Fluoridgelee zur Härtung des Zahnschmelzes.

Zähne putzen mit fester Zahnsperange – so geht's richtig:

- 1 Spülen Sie den Mund vor dem Zähneputzen gründlich mit Wasser aus. So werden grobe Speisereste bereits gelöst.
- 2 Putzen Sie die Zahnfläche ober- und unterhalb der Brackets sowie unter dem Behandlungsbogen. Denken Sie auch an die Brackets selbst. Die Kauflächen der Zähne und die Innenseite (bzw. bei einer Lingualzahnsperange die Außenseite) können Sie wie gewohnt reinigen.
- 3 Kritische Stellen sind die Bereiche rund um die Brackets. Dort setzen sich sehr häufig Beläge fest. Putzen Sie hier besonders gründlich.
- 4 Empfehlenswert sind Zahnzwischenraumbürstchen. Mit ihnen können Sie auch die Bereiche unter dem Behandlungsbogen gründlich reinigen. Verwenden Sie außerdem Zahnseide, um die Zahnzwischenräume zu säubern. Überprüfen Sie anschließend noch einmal, ob die Zähne vollständig sauber geworden sind.

Neben der gründlichen häuslichen Zahnpflege können ergänzende Prophylaxemaßnahmen in unserer Praxis sinnvoll sein. Wenn Sie Fragen zur Pflege Ihrer festen Zahnsperange haben, wenden Sie sich an uns – gern zeigen wir Ihnen geeignete Putztechniken und den richtigen Umgang mit Einbüschelbürsten und Co.