

## Patienteninfo zu Mundhygiene

### - Sind Karies und Zahnfleischentzündungen vermeidbar?

Im Gegensatz zu früher weiß man heute, dass Karies und Parodontose (eigentlich richtig: *Parodontitis* = Entzündung des Zahnhalteapparats) und *Gingivitis* (= Zahnfleischentzündung) keine schicksalhaften Erkrankungen sind, die früher oder später zu Zahnverlust führen, sondern durch gezielte Maßnahmen weitgehend vermieden werden können, sodass die eigenen Zähne lebenslang erhalten bleiben.

### - Was kann man nun für seine Zähne tun?

Der wichtigste Punkt ist eine gute häusliche Zahnpflege sowie eine gesunde Ernährung. Doch auch beim sorgfältigen Zähneputzen können insbesondere an schwer zugänglichen Stellen nicht alle Beläge (sogenannte *Plaque*) vollständig entfernt werden. Dies kann nur in der zahnärztlichen Ordination durch speziell geschulte Mitarbeiter geschehen. Zur Zeit führen Frau *Elisabeth Aichinger* und Frau *Susanne Lidl* diese Tätigkeit in unserer Ordination durch.

### - Wie läuft nun so eine Prophylaxesitzung ab?

Vor allem bei der ersten Sitzung werden die Zähne mit einer speziellen Lösung auf Basis von Lebensmittelfarbe angefärbt (dies kann man auch zuhause mit sogenannten *Färbetabletten* durchführen). Nun wird sichtbar, wo sich Beläge befinden. Die richtige *Zahnputztechnik* wird erklärt und über weitere Hilfsmittel (wie Zahnseide, Zahnzwischenraumbürsten...) individuell informiert. Dann werden Zahnstein, harte und weiche Beläge, Verfärbungen schonend mit moderner Technik entfernt (= *professionelle Zahnreinigung*). Zum Abschluss erfolgt noch eine Fluoridierung der Zähne mit einem speziellen Lack, um den Zahnschmelz zu stärken und so der Entstehung der Karies vorzubeugen. Das Resultat ist ein angenehmes Gefühl durch glatte, saubere Zähne.

### - Wie oft sollen diese Mundhygiensitzungen stattfinden?

Das ist individuell zu entscheiden. Es wird mindestens einmal pro Jahr eine Sitzung empfohlen. Bei hartnäckigen Entzündungen können auch - zumindest anfänglich - wesentlich kürzere Intervalle - einige Wochen bzw. Monate - sinnvoll sein.

### - Wie erfolgt die Verrechnung?

Es handelt sich um eine *Privatleistung*, die nicht direkt mit den Krankenkassen abgerechnet werden kann. Bei einzelnen Krankenkassen gibt es jedoch einen Zuschuss, der nach Einreichung der bezahlten Honorarnote gewährt wird.