



## **Zahnpflege Erwachsene (18 bis 55 Jahre)**

Beim erwachsenen Menschen steht nicht so sehr die Kariesvorbeugung im Mittelpunkt der zahnärztlichen Behandlung, sondern eher Probleme mit Zahnfleisch- und Zahnbettkrankungen, Mundschleimhautveränderungen, aber auch funktionelle Störungen wie Zähnepressen oder -knirschen.

### **Was können Sie tun?**

Erwachsene sind für ihren Mund und den Zustand ihrer Zähne selbst verantwortlich. Sie können Zahn- und Zahnfleischerkrankungen wirkungsvoll vorbeugen durch...

- Verwenden von fluoridiertem Speisesalz und fluoridierter Zahnpasta
- guter Mundhygiene
- vernünftiger Ernährung und
- rauchen von höchstens zehn Zigaretten pro Tag. Wer stärker raucht, hat (neben den zahlreichen anderen tödlichen Gefahren wie etwa Lungenkrebs) ein zwei- bis dreifach höheres Risiko für Zahnfleischartzündung (Parodontitis) als ein Nichtraucher. Auch die Heilungschancen nach einer Behandlung sind schlechter ([mehr dazu](#)).

### **Was kann Ihr Zahnarzt tun?**

Die freiwillige zahnärztliche Untersuchung zweimal pro Jahr ist jetzt ebenso wichtig wie nach der Schulentlassung. Dabei wird der Zahnarzt besonders das Zahnfleisch kontrollieren. Wenn...

- es beim Zähnebürsten blutet, auch wenn Sie die Zahnreinigung eine Woche lang gründlich durchgeführt haben
- es unter dem Zahnfleisch versteckten, von Blutfarbstoffen dunkel dunkel verfärbten Zahnstein gibt
- Mundgeruch nicht wegzubringen ist

... sind das Vorzeichen für Zahnbett- und Zahnfleischartzündungen. Jetzt muss der Zahnarzt eingreifen, um die Krankheiten schon im Frühstadium zu stoppen.

Darüber hinaus bietet Ihr Zahnarzt eine Reihe zusätzlicher sinnvoller Leistungen an. Hierzu gehören unter anderem...

- Professionelle Zahnreinigung
- Fissurenversiegelung (Schutz der Vertiefungen in den Kauflächen gegen Karies)
- Speicheldiagnostik

Ihr Zahnarzt berät Sie gerne!