

Hinweise zur Zahnreinigung bei festsitzender Spange

Bei festsitzenden Spangen empfehle ich unbedingt eine halbjährliche Bracketumfeldversiegelung - wird schlecht geputzt: vierteljährlich.

Sie stellt eine sinnvolle Ergänzung der von Ihrem Zahnarzt durchgeführten Individualprophylaxe dar.



Auf die durch die Brackets schlechter zu reinigenden Bereiche der Zahnkrone wird ein stark haftender Schutzlack aufgetragen. Dabei ist Schutzlack nicht gleich Schutzlack: durch **Fluor-Protector®** wird das **Risiko von Entkalkungen** auch bei nachlässigerem Putzen um 60%, also **um mehr als die Hälfte gesenkt**. Deswegen halte ich diese Versiegelung für sehr sinnvoll.

Sie bekommen für jede der halbjährlich erfolgenden Versiegelungen eine Rechnung über 20,-€ ausgehändigt.

Weil es sich hier um eine vorbeugende Maßnahme des Kieferorthopäden handelt, übernehmen gesetzliche Kassen diese Ausgaben nicht.

Was, wenn es nun doch zu Entkalkungen gekommen ist?

Eine Entkalkung ist noch kein Loch, sondern nur eine poröse Stelle im Zahnschmelz. Dieses Porensystem kann durch einen speziellen Kunststoff aufgefüllt, stabilisiert und abgedichtet werden. Dadurch verschwindet die weiße Verfärbung wieder und das Fortschreiten einer beginnenden Karies wird so frühzeitig gestoppt - ohne zu bohren.



Diese recht aufwendige Behandlung wird von den gesetzlichen Kassen nicht erstattet.

ICON®
eine Anwendung:
130,-€

Besser, es kommt erst gar nicht zur Entstehung von unschönen Entkalkungen - nämlich durch exzellentes Putzen, unterstützt durch eine halbjährliche Bracketumfeldversiegelung.

(Mehr Informationen zu ICON auch unter www.bohren-nein-danke.de)



Dr. Andreas Riedel
Kieferorthopäde
Marienstraße 33
17489 Greifswald

Tel.: 03834-79 91 33

Durch festsitzende Spangen ist das Risiko von Zahnschmelzschäden erhöht, es kann zu **Entkalkungen** oder gar Löchern kommen.

Dafür gibt es drei Gründe :

1. Die Selbstreinigung durch Zunge und über die Zähne wischende Lippen & Wangen ist in bestimmten Bereichen (der „**kritischen Zone**“) nicht mehr möglich .
2. An mit Brackets beklebten Zähnen bleibt einfach mehr hängen.
3. Putzen mit Spange ist deutlich zeitaufwendiger und verlangt Selbstdisziplin.



So sieht es aus, wenn unzureichend geputzt wird.



So sieht es aus, wenn dann die Spange entfernt wird.

Und das ärgerlichste - es ist vermeidbar:

Durch regelmäßiges Putzen und eine halbjährliche Bracketumfeldversiegelung.

Sparen Sie bitte nicht an der falschen Stelle.

Damit die Zähne eine Spangenbehandlung ohne Schäden überstehen:

1. Aufgaben des Patienten:

- Regelmäßiges und gründliches **Putzen** vor allem der kritischen Zone (ideal: nach jedem Essen, unbedingt aber vor dem Schlafengehen).
- Nach dem Putzen: Sichtkontrolle im Spiegel (anfangs gern mit Unterstützung der Eltern: vier Augen sehen mehr als zwei).
- Abends nach dem Putzen: 1 Minute mit einem kleinen Schluck **Mundspülung** (Listerine Zero) spülen.
- Einmal wöchentlich, abends: **elmex@gelée**.

2. Unterstützung durch den Zahnarzt:

- wenigstens halbjährliche Kontrollen, besser vierteljährlich
- Putzübungen (**Individualprophylaxe**) mit halbjährlichen Fluoridierungen

3. Aufgaben des Kieferorthopäden:

- Beim Einsetzen der Brackets **Putzinstruktion**, Ausgängung von Informationsblättern und einem Pack Spezialzahnbürsten für Brackets (Interdentalbürsten), Gebrauch von Zahnstochern (sticks / TePe) erklären
- Beim Einsetzen der Brackets Auftragen des hochwirksamen Schutzlackes **Fluor-Protector®** . Das sollte halbjährlich wiederholt werden - zusätzlich zu den Putzübungen und Fluoridierungen des Zahnarztes.
- Ich empfehle **selbstligierende Brackets**, da damit deutlich kürzere Behandlungsdauer und viel hygienischer: Der Bogen wird hier nicht mit kleinen Gummiringen wie bei Standardbrackets befestigt, es bleibt deshalb weniger hängen.
- Desinfizierende **Mundspülungen** bei kritischer Mundhygiene.

Es reicht nicht, regelmäßig die Zähne zu putzen - man muß sie auch richtig putzen: nach einem festen System, damit kein Zahn vergessen wird.

1. Vor dem Putzen mit Wasser kräftig spülen. Wasser dabei auch durch die Zahnreihen pressen.
2. Zuerst das **Zahnfleisch** mit kreisförmigen Bewegungen ohne allzu viel Kraft bürsten (wie eine Massage). Sollte es bluten, erst recht putzen, denn dann ist es bereits entzündet!
3. Erst jetzt die Zähne: Mit den Außenseiten der Oberkieferzähne beginnen. Zuerst die **kritische Zone zwischen Zahnfleischrand und Bracket** (hier bleibt am meisten hängen, weil diese Zone von der Zunge nicht erreicht und gereinigt werden kann): anfangs 8x pro Zahn hin und her (bald merkt man selber, was ausreicht), Zahn für Zahn von einer Seite des Zahnbogens zur anderen.
4. Dann wie gewohnt die Innenseiten der Zähne, zum Schluß die Kauflächen.
5. Und nun dasselbe im Unterkiefer: außen, innen, Kauflächen...
6. Abends: mit Interdentalbürsten („Flaschen-reiniger“) noch mal unter dem Bogen zwischen den Brackets nachbürsten. Zahnstocher („sticks / TePe) verwenden.
7. Nach dem Putzen ca. **1 Minute** lang mit einer fluoridhaltigen Mundspüllösung spülen, z.B. **Listerine-Zero** (weil alkoholfrei). Ein kleiner Schluck aus der Flasche reicht. Danach bitte nicht mit Wasser nachspülen (sonst Verdünnungseffekt)