

Experte Dr. Christoph Sliwowski aus Düsseldorf weiß Rat

Die 5 häufigsten Fragen an den Zahnarzt

Christoph Sliwowski, Leiter der Zahnimplantat-Klinik Düsseldorf im St. Vinzenz-Krankenhaus



Für immer mehr Menschen nimmt die Zahnhygiene einen wichtigen Stellenwert ein. „Dennoch tauchen oftmals Unsicherheiten auf, die Patienten beschäftigen“, betont Christoph Sliwowski, Leiter der Zahnimplantat-Klinik Düsseldorf im St. Vinzenz-Krankenhaus. Die häufigsten Bedenken zu Vorsorgeuntersuchungen, Zahnfleischbluten sowie -verlust und Co. klärt der Mediziner im Folgenden.

Sind regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen wichtig?

„Ja. Denn die zahnärztliche Prophylaxe stellt eine wichtige Maßnahme zur Vorbeugung möglicher Erkrankungen im Mundraum dar. Bleiben Behandlungen selbst bei geringfügigem Kariesbefall oder Zahnfleischentzündungen aus, können sich folgenschwere Schäden wie Parodontitis entwickeln. Diese Entzündung des Zahnhalteapparates kann das Immunsystem schwächen und im schlimmsten Fall das Risiko für Herzinfarkte oder Fehlgeburten erhöhen. Entdecken wir derartige Veränderungen im Mundraum, lassen sich Krankheitsherde bereits im Ansatz ausschalten. Kassen fordern, die Kontrolluntersuchung einmal jährlich vorzunehmen, wir empfehlen, diesen Check-up halbjährlich durchzuführen, um die Mund- und Zahngesundheit ein Leben lang aufrechtzuerhalten.“

Warum lohnt sich eine professionelle Zahnreinigung?

„Täglich lagern sich schädliche Bakterien im gesamten Mundraum ab. Zwar dämmt der regelmäßige Einsatz von Zahnbürste und -seide sowie Mundspüllösungen die Mikroorganismen ein, aber oftmals erreichen diese Hilfsmittel die schwer zugänglichen Zahnzwischenräume nicht. Gerade hierin vermehren sich Kleinstlebewesen ungehindert und rufen mit der Zeit Mundgeruch, Entzündungen oder Schlimmeres hervor. Abhilfe schafft hier die professionelle Zahnreinigung, kurz PZR. Sie eliminiert unangenehme Schädlinge und entfernt hartnäckige Ablagerungen zuverlässig. Ein weiterer Vorteil: Nikotin-, Kaffee- und Teebeläge, die Zähne im Laufe der Zeit dunkel färben, werden ebenfalls beseitigt. In manchen Fällen werden Zähne nach einer Behandlung heller als vorher.“

Hand- oder elektrische Zahnbürste?

„Welche Variante sich für wen eignet, hängt von individuellen Vorlieben und Voraussetzungen ab. Bei Handzahnbürsten sollten Anwender lieber auf kleinere Bürstenköpfe zurückgreifen. Diese erreichen selbst hintere Zähne problemlos. Um den Zahnschmelz beim Putzen nicht zu schädigen, eignen sich am besten Bürsten mit weichen bis mittelharten Borsten. Ein flexibler Kopf verhindert zusätzlich Verletzungen am Zahnfleisch, indem er bei zu starkem Druck nachgibt. Von elektrischen Bürsten profitieren vor al-

lem ältere Menschen und Kinder, bei denen die Motorik nachlässt beziehungsweise noch nicht gut ausgeprägt ist. Was viele nicht wissen: Beim elektrischen Putzen reduziert sich automatisch der Druck auf Zähne und Zahnfleisch, sodass Reizungen weniger häufig auftreten.“

Bei Zahnfleischbluten sofort zum Arzt?

„Das kommt darauf an. Entsteht die Blutung mechanisch, also durch falsche Anwendung der Zahnseide, brauchen sich Betroffene keine Sorgen zu machen. Treten Beschwerden allerdings häufiger ohne ersichtlichen Grund auf, ist das Zahnfleisch gerötet oder schmerzhaft verdickt, ist ein Besuch beim Zahnarzt unerlässlich. Dahinter steckt oftmals ein Ungleichgewicht der Mundflora. In der Folge greifen schädliche Bakterien das Zahnfleisch an und lösen eine sogenannte Gingivitis, also eine Entzündung des Weichgewebes, aus. Im frühen Stadium helfen oft eine professionelle Reinigung und antibakterielle Spülungen. Darüber hinaus motivieren wir Patienten zu einer effizienten Mundhygiene, denn meist beginnt der Verlauf in den Zahnzwischenräumen. Von daher gilt der Nutzung von Zahnseide oder Interdentalbürstchen besondere Aufmerksamkeit. Auch der Einsatz eines Zungenschabers stellt eine sinnvolle Ergänzung dar. Zum Schluss werden die Zahnoberflächen geputzt, idealerweise von ‚Rot nach Weiß‘, also vom Weichgewebe weg hin zur Schneidekante. Diese Putzreihenfolge sollte übrigens jeder einhalten.“



Was tun bei Zahnverlust?

„Ob beim Sport, Spaziergang oder beim Essen, wenn es zum Zahnverlust kommt, entscheidet schnelles Handeln über die Chance auf Rettung. Als Erstes Ruhe bewahren und überlegt handeln. Um eine starke Blutung zu stillen, vorsichtig auf ein Tuch beißen und die angeschwollene Stelle kühlen. Den abgebrochenen Zahn nicht an der Wurzel anfassen, sondern in kalter H-Milch, steriler Kochsalzlösung oder mit eigenem Speichel benetzt zum Zahnarzt transportieren. Ist der Zahn nicht mehr zu retten, haben Ärzte inzwischen verschiedene Möglichkeiten, diese Lücke zu schließen. Mit Brücken, Prothesen oder Implantaten ist der Zahnverlust schnell vergessen.“

Zahnhygiene ist wichtig für schöne gesunde Zähne.
Foto: prodente