

Tipps für gesunde & schöne Zähne

Ihre goDentis-Partnerzahnarztpraxis

godentis.de

Inhalt

04 | Zahnfarbe

05 | Zahnaufhellung

06 | Veneers

06 | Füllungen

08 | Zahnersatz

10 | Zahnklammern

12 | Zahnschmuck

13 | Zahnreinigung



Gesunde & schöne Zähne

Alles was Zähne zum Strahlen bringt

Gepflegte, gesunde Zähne steigern das Selbstbewusstsein und sind gut für die Allgemeingesundheit. Eine gute Mundhygiene, zahngesunde Ernährung und die regelmäßige Vorsorge beim Zahnarzt sind Grundvoraussetzungen für gesunde und schöne Zähne. Der Erfolg ist

ein strahlendes Lächeln und frischer Atem. Karies und Parodontitis sind vielfach auch verantwortlich für Rheuma, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Fehlgeburten und nur schwer kontrollierbare Diabetes. Schöne, gesunde Zähne sind die beste Vorsorge für einen gesunden Körper.

Zahnfarbe

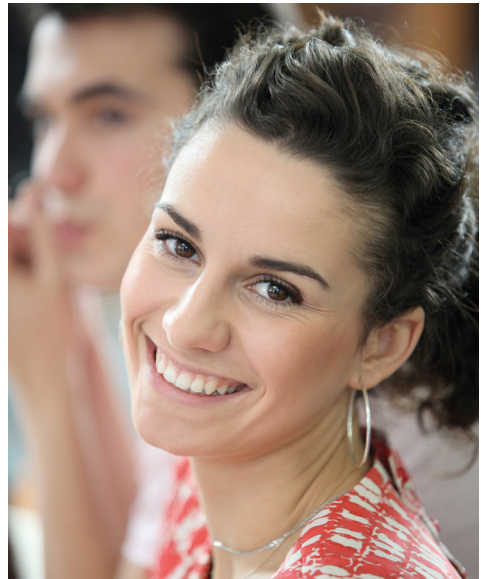
Natürliche Zahnfarbe ist individuell

Manche Menschen haben von Natur aus hellere Zähne als andere. Das bedeutet nicht automatisch, dass diese Zähne auch gesünder sind. Die Zahnfarbe wird von Farbpigmenten im Dentin der Zähne bestimmt. Der Eine hat mehr, der Andere weniger Pigmente. Das führt dazu, dass jeder eine eigene Zahnfarbe hat.

Zähne können im Laufe der Zeit durch Verfärbungen dunkler werden.

Diese lassen sich mit einer noch so guten Zahnpflege zu Hause nicht komplett dauerhaft beseitigen.

Eine professionelle Zahnreinigung entfernt schonend harte und weiche Beläge und lässt die Zähne bis zu 2 Nuancen heller strahlen.



Experten-Tipp:

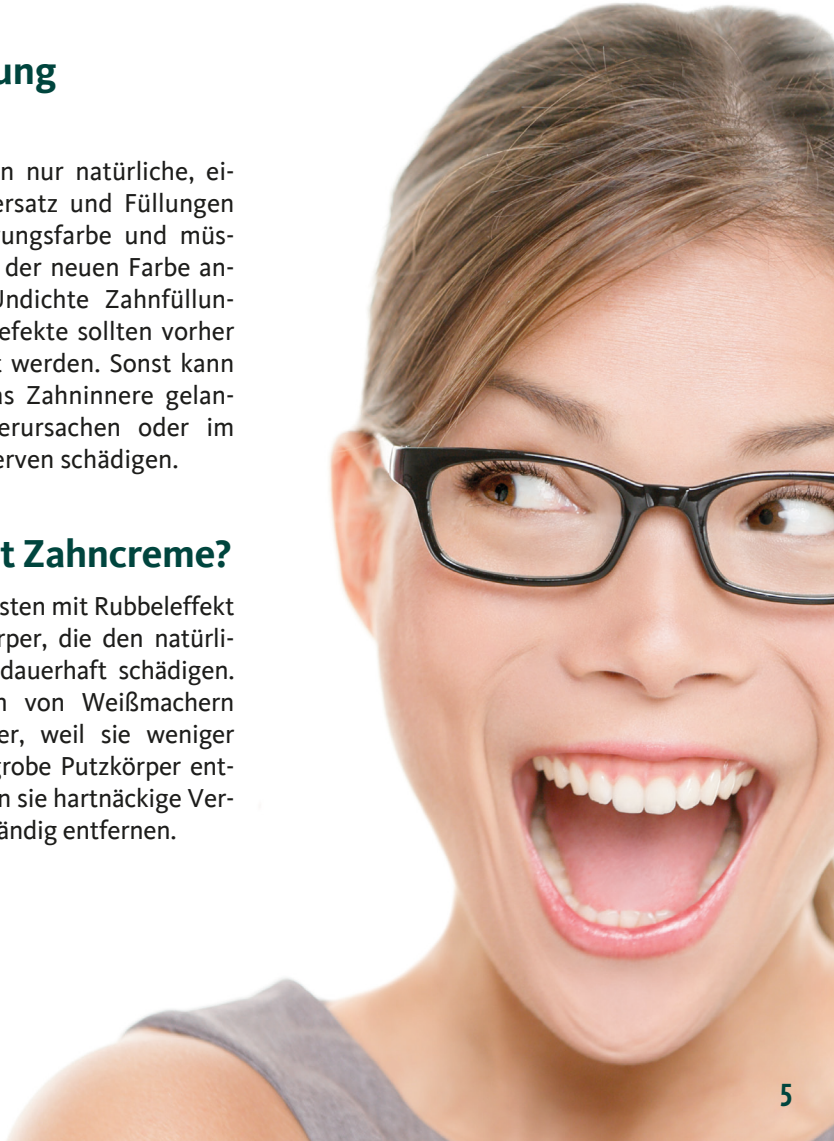
Ursachen für Verfärbungen sind natürliche Farben in Lebensmitteln (z. B. Möhre, Paprika) häufig regelmäßiger Tabakgenuss, Kaffee, Tee, Rotwein, Schokolade oder auch die Einnahme von bestimmten Medikamenten.

Zahnaufhellung (Bleaching)

Aufhellen kann man nur natürliche, eigene Zähne. Zahnersatz und Füllungen behalten die Ursprungsfarbe und müssen gegebenenfalls der neuen Farbe angepasst werden. Undichte Zahnfüllungen oder kariöse Defekte sollten vorher dringend behandelt werden. Sonst kann das Bleichgel in das Zahninnere gelangen, Schmerzen verursachen oder im schlimmsten Fall Nerven schädigen.

Aufhellen mit Zahncreme?

Die meisten Zahnpasten mit Rubbeffekt enthalten Schleifkörper, die den natürlichen Zahnschmelz dauerhaft schädigen. Neue Generationen von Weißmachern sind zwar harmloser, weil sie weniger scharfkantige und grobe Putzkörper enthalten. Dafür können sie hartnäckige Verfärbungen nie vollständig entfernen.



Veneers

Verblendungen/Abdeckungen, Schalen

Veneers sind dünne Keramikschalen, die auf den beschliffenen Zahn aufgeklebt werden. Veneers eignen sich zur Ausbesserung von kleinen Schäden am Zahnschmelz oder gleichen abgebrochene Zahnecken aus. Brücken und Kronen können mit Veneers repariert oder sinnvoll ergänzt werden.

Für eine ästhetische Lösung im Front- und im Sichtbereich eignen sich Keramikabdeckungen um Defekte oder Unebenheiten fast unsichtbar auszugleichen.



Füllungen

Möglichkeiten Löcher zu füllen

Ist ein Zahn beschädigt, sollte er umgehend behandelt werden. Defekte des Zahns werden verschlossen um Folgeerkrankungen auf Nachbarzähne zu vermeiden und eine schmerzfreie Kaufunktion wiederherzustellen.

Amalgam

Der Klassiker unter den zahnärztlichen Werkstoffen besteht aus einer Mischung aus Silber, Kupfer, Zinn und Quecksilber.

Amalgam eignet sich für die direkte Füllung eines Zahnes.

Es gibt immer wieder Diskussionen um die gesundheitliche Unbedenklichkeit. In vielen Praxen wird dieser Füllstoff nicht mehr eingesetzt. Wer unsicher ist, kann sich über die Bundeszahnärztekammer oder bei seinem Zahnarzt informieren.

Glasionomerzement

Dies ist ein mineralischer Zement. Er ist zunächst weich und wird direkt im Zahn verarbeitet. Nach Härtung ist die Oberfläche matt und hell. Oft wird er bei provisorischen Füllungen und kariösen Milchzähnen eingesetzt.

Kompomer

Kompomer ist ein Kombinationswerkstoff aus Kunststoff und Glasionomerzement. Er wird bei Milchzähnen, dem Zahnhalsbereich und provisorischen Füllungen eingesetzt.

Komposit

Der Füllungswerkstoff Komposit besteht aus ca. 20% Kunststoff und ca. 80% aus einem Salz der Kieselsäure. Er ist zahnfarben und ähnelt der Keramik. Der Werkstoff eignet sich gut für Füllungen im Front- und Seitenzahnbereich.

Der Zahnschmelz wird in dem zu füllenden Loch aufgeraut und mit einem Kleber (Bonding) versehen. Nach Einfüllen des weichen Komposit wird dieser mit Speziallicht gehärtet.

Gold

Bei der Goldhämmerfüllung werden hauchdünne Goldfolien Schicht für Schicht in den Zahn aufwendig eingeklopft. Diese Form der Reparatur ist aufwendig und wird kaum noch angewandt. Im Anschluss wird die Kaufläche dem natürlichen Zahn nachgeformt.

Durch die metallische Farbe sind die Füllungen deutlich sichtbar.

Finden Sie gemeinsam mit Ihrem Zahnarzt die optimale Versorgung für Ihre Behandlung.

Zahnersatz

Fester & loser Zahnersatz

Zahnersatz wird jegliche Form des Ersatzes fehlender Zähne genannt. Man unterscheidet herausnehmbaren und fest-sitzenden sowie Teil- und vollen Zahnersatz.



Festsitzender Zahnersatz

Kronen und Brücken

Wird ein stark geschädigter Zahn mit einem geeigneten Werkstoff ummantelt, spricht man von einer Überkronung. So soll der Zahn wiederhergestellt, stabilisiert und möglichst lange erhalten werden.

Die Zähne können so als Anker- oder Pfeilerzähne für den Einsatz von Zahnbrücken dienen.

Wird die gesamte natürliche Mantelschicht aus Zahnschmelz ersetzt, so spricht man von einer (künstlichen) Vollkrone oder Hülsenkrone; wird der Zahnschmelz nur partiell abgetragen, von einer Teilkrone. Die Übergänge zwischen Voll- und Teilkronen sowie zu den vielflächigen Einlagefüllungen (Inlay, Onlay, Overlay) sind fließend.

Brücken

dienen als Ersatz eines oder mehrerer Zähne. Brücken sind mit einem Pfeilerzahn verbunden. Sie sind fest zementiert und können bei richtiger Pflege sehr lange halten.

Implantate

Zahnimplantate sind künstliche Zahnwurzeln, die fest im Kieferknochen eingesetzt werden. Das Implantat besteht meist aus Titan und verwächst mit dem Kieferknochen.

Sie werden bei einem oder mehreren fehlenden Zähnen eingesetzt. Sie können Lücken schließen oder als Pfeiler für weiteren Zahnersatz dienen.

Implantate bestehen meist aus drei Teilen: Dem im Knochen verankerten Implantatkörper, dem Halsteil und der darauf befestigten Krone.

Herausnehmbarer Zahnersatz

Teilprothese

Fehlen zu viele natürliche Zähne als Verankerungsmöglichkeit für eine Brückenversorgung, kann die Prothese nicht fest eingesetzt werden. Dann wird die Lücke mit einer herausnehmbaren Teilprothese versorgt.

Vollprothese

Eine Teil- oder Vollprothese ist ein herausnehmbarer Zahnersatz. Eine Vollprothese kann im Ober- oder Unterkiefer oder in beiden Kiefern eingesetzt werden.

Zahnspangen

Feste und lose Zahnspangen

Zahnspangen sind Kult! Man zeigt sie gern in bunten Farben und trägt sie selbstbewusst als „Zahnschmuck“ oder Statussymbol. Der Imagewandel liegt wohl auch an der Vielzahl unterschiedlicher Modelle. So peppt man festsitzende Klammern gern mit knallbunten Plastikringen auf oder verschönert die Drähte mit bunten Schmuckringen.

Zahnspangen für jedes Alter

Es ist nie zu spät für eine Zahnspange. Immer mehr Erwachsene folgen diesem Trend und präsentieren ihre Brackets (Metall- oder Kunststoffteile, die auf den Zahn als Halterung geklebt werden). Die Tendenz und der Wunsch nach geraden Zähnen steigt besonders bei Erwachsenen.

Festsitzende Zahnspangen

Festsitzende Zahnspangen werden an den Zähnen für den Behandlungszeitraum befestigt. Nach der Behandlung werden die sogenannten Brackets gelöst. Während der Behandlung ist auf gezielte und gründliche Reinigung der Zähne zu achten.

Besonders an und unter den festsitzenden Drähten sollten die Zahnzwischenräume täglich mit Interdentalbürstchen gesäubert werden.

Herausnehmbare Zahnspangen

Lose Zahnspangen sind praktisch, weil man sie beim Essen nicht tragen muss und sie gut zu reinigen sind. Dafür muss man aber ans Tragen denken. Die Zahnspange ist unbedingt nach Vorgabe des behandelnden Kieferorthopäden zu tragen.

Aligner

Dies sind durchsichtige Schienen aus Kunststoff. Die Zahnschiene wird individuell angefertigt und kann die Zähne dahindrücken oder schieben wohin sie sollen. Aligner sind kaum zu sehen und lassen sich gut reinigen.



Welches System geeignet ist, ist von der Zahnfehlstellung abhängig. Eine gute Fachberatung durch den Zahnarzt und Kieferorthopäden klärt über Möglichkeiten und anfallende Kosten auf.

Grundsätzlich empfehlen wir, dass vor einer kieferorthopädischen Behandlung die Zähne gesund, sauber und repariert sein sollten. Sprechen Sie mit Ihrem Zahnarzt und informieren Sie über eine bevorstehende KFO-Behandlung.



Experten-Tipp:

Fragen Sie Ihren Zahnarzt. Er zeigt Ihnen die richtige Putztechnik, damit die Zähne nach der Behandlung nicht nur gerade, sondern auch gesund sind.

Zahnschmuck

Risiken für die Zähne

Zahnschmuck sind freiwillige Maßnahmen, die an und um die Zähne herum angebracht werden und medizinisch nicht notwendig sind. Eingriffe an den Zähnen sollte man sich vorab gut überlegen und mit Vorsicht angehen. Irreparable Schäden am Zahnschmelz sollten unbedingt vermieden werden.



Twinkles

Dazzler und Twinkles zählen zur modischen Zahnverzierung. Die kleinen Schmuckstücke werden wie Brackets mit Hilfe einer Säure-Ätztechnik und einem Kompositharz auf den Zahn geklebt.

Grills

kommen ursprünglich aus der HipHop Szene. Es sind Schmuckstücke, die man wie eine Zahnschiene über den Zähnen trägt. Meist sind sie aus Silber, Gold oder Platin.

Ein wertvoller, natürlicher Schmuck sind und bleiben gepflegte, gesunde, eigene Zähne.

Zahnreinigung

Die richtige Mundhygiene

Die tägliche Mundhygiene zu Hause ist wichtig. Grundsätzlich sollten Zähne und Zahnzwischenräume mindestens 2 x täglich mit einer geeigneten Zahnzwischenraumbürste (Interdentalbürstchen, Zahnseide) gereinigt werden. Zwischendurch oder nach dem Essen bietet es sich an, Nahrungsreste zu entfernen (ausspülen mit Wasser oder kauen eines zuckerfreien Kaugummis).

Nach sauren Speisen am besten mit dem Zähneputzen eine halbe Stunde warten. Zahnklammern, Implantate und Teilprothesen brauchen besondere Pflege.

Sprechen Sie mit Ihrem Zahnarzt oder Ihrer Prophylaxeassistentin. Sie zeigen Ihnen genau, worauf es bei Ihrer persönlichen Zahnpflege ankommt.

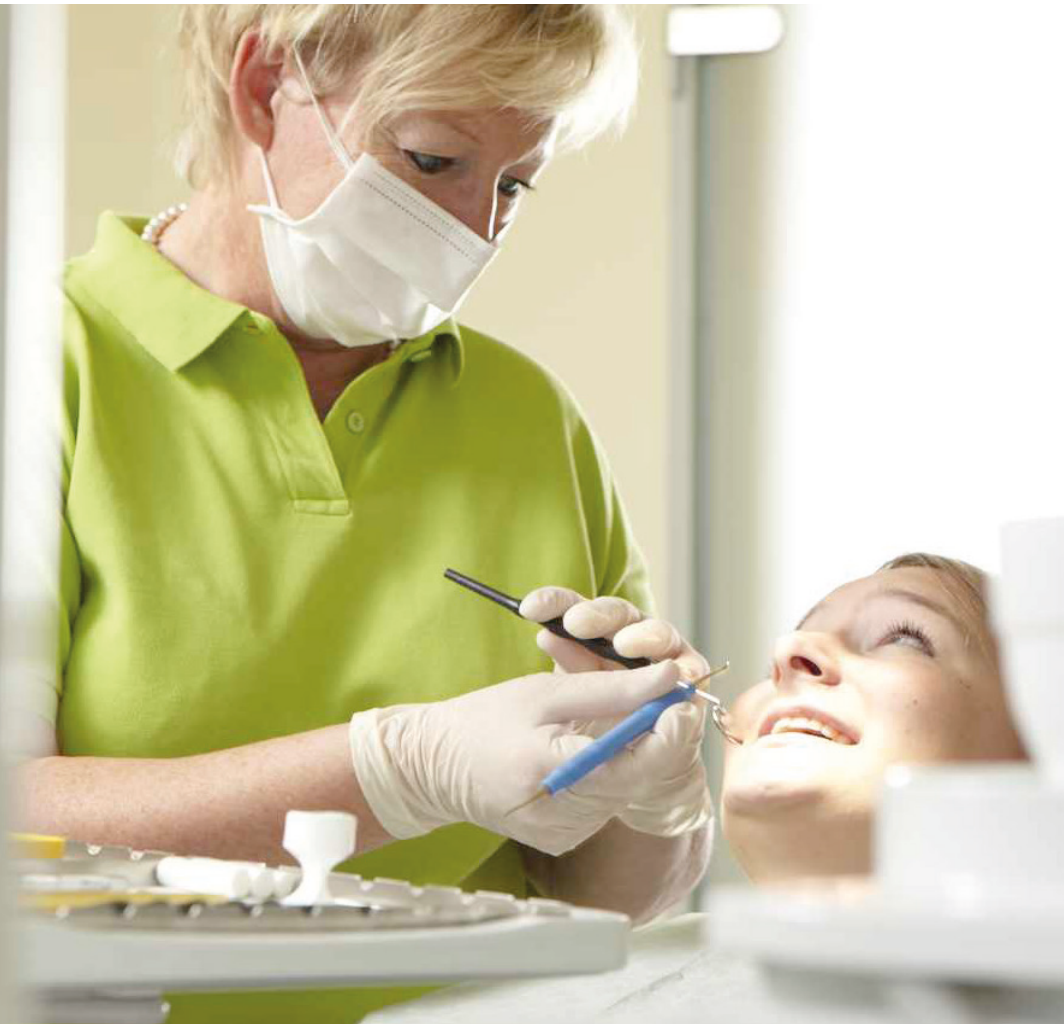
Eine noch so gründliche Reinigung zu Hause ersetzt nicht den regelmäßigen Besuch beim Kieferorthopäden/Zahnarzt oder die professionelle Zahnreinigung.

Um Folgeschäden und dauerhafte Zahnverfärbungen zu vermeiden, ist eine professionelle Reinigung von einer geschulten Fachkraft zu empfehlen.



Professionelle Zahnreinigung (PZR)

Die goDentis-Prophylaxe mit einer professionellen Zahnreinigung erhalten Sie bei allen goDentis-Partnerzahnarztpraxen.



Vorteile

goDentis-Prophylaxe

goDentis-Prophylaxe

- Betreuung durch speziell geschulte Prophylaxe-Fachkräfte
- Ermittlung Ihres individuellen Karies- und Parodontitis-Risikos
- Professionelle und schonende Reinigung der Zähne
- Professionelle und schonende Reinigung der Zahnzwischenräume
- Politur der Zähne für eine glatte Oberfläche
- Säuberung der Zunge mittels spezieller Bürste
- Verständliche Zusammenfassung aller Untersuchungsergebnisse und Empfehlung für die weiteren Schritte



Die goDentis-Prophylaxe mit einer professionellen Zahnreinigung erhalten Sie bei allen goDentis-Partnerzahnärzten.

Weitere wertvolle Informationen und die Adresse der goDentis-Partnerzahnarzt Praxis in Ihrer Nähe finden Sie unter: **godentis.de**.



Ihre goDentis-Partnerzahnarzt- praxis bietet Ihnen ein individuelles Gesundheitsprogramm.

Bei Ihrem goDentis-Partnerzahnarzt kümmert sich besonders geschultes Personal um Ihre Zahngesundheit immer mit dem Ziel:

Gesundheitsrisiken erkennen und minimieren.

