



Zahnpflege beim Tragen kieferorthopädischer Geräte

Herausnehmbare Geräte

Beim Tragen einer **herausnehmbaren Spange** muss auf zweierlei geachtet werden:

- ☞ **Mundhygiene:** Regelmäßiges Zähneputzen – nach jeder Mahlzeit (mind. 2 Minuten) - und der Einsatz von Zahnseide sind auch beim Tragen einer losen Zahnspange unerlässlich. Da die Zahnspange über viele Stunden im Mund ist, können sich vermehrt Zahnbeläge ansammeln. Schmerzhafte Zahnfleischentzündungen und/oder Entkalkungen sind bei mangelnder Zahnpflege die.



- ☞ **Die Pflege der Zahnspange:** Die Zahnspange muss täglich mit der Zahnspangenbürste und Zahnpasta geputzt werden. Vor allem bevor sie in die Zahnspangendose gelegt wird. Sonst fängt sie, durch die vom Mund auf die Spange übertragenen Bakterien, mit der Zeit an zu stinken und entwickelt einen unangenehmen Geschmack. Zusätzlich soll die herausnehmbare Spange, einmal die Woche, in einem Desinfektionsbad (Reinigungstablette in Wasser auflösen) von unsichtbaren, durch die Zahnbürstenreinigung nicht zu entfernenden Bakterien, gereinigt werden.

Festsitzende Zahnspange

Während einer **Multiband-Behandlung** ist einerseits die Zusammenarbeit mit dem Hauszahnarzt besonders wichtig. Eine **professionelle Zahnreinigung** vom Zahnarzt und seinem Team, im regelmäßigen Turnus (mindestens zweimal im Jahr), zum Entfernen von Zahnstein und unsichtbaren, harten Konkrementen – auch unter dem Zahnfleisch – ist wichtig. Andererseits ersetzt der Besuch beim Hauszahnarzt nicht die eigene **tägliche Mundhygiene**. Besonders wichtig ist die Reinigung der Zähne nach jeder Mahlzeit. Hier ist ein extra Blick auf die **Randbereiche um das Bracket** wichtig, da sich Zahnbeläge (Plaque) dort besonders leicht ablagern können.

Vorgehensweise

Täglich: Deshalb müssen die Zahnflächen einmal oberhalb des Brackets einschließlich des Zahnfleischsaumes und danach unterhalb zur Schneidekante bzw. zu den Zahnspitzen hin intensiv geputzt werden. Mit Zahnzwischenraum-Bürstchen werden die Zahnflächen hinter den Bögen von Speiseresten und Plaque befreit. Zusätzlich sollten die Zahnzwischenräume täglich mit Zahnseide gereinigt werden. Mundspülungen, zur Vorbeugung von Zahnfleischentzündungen, unterstützen zusätzlich die Gesundheit.

Wöchentlich: Einmal pro Woche sollte ein Fluorid-Gel (z.B. Elmex Gelee) zur intensiven Kariesprophylaxe, nach der Zahnreinigung, aufgetragen werden.





Für Träger einer festen Zahnspange gibt es spezielle Zahnseide zur Reinigung der nun schwerer zugänglichen Zahnzwischenräume.

Ernährung

Klebrige Nahrungsmittel und Süßigkeiten (Bonbons, Kaugummi – außer zuckerfreier) sollten nicht nur wegen des erhöhten Kariesrisikos möglichst gemieden werden sondern auch um die Multiband-Apparatur zu schützen. Wird von harter Nahrung, wie Äpfel, gelbe Rüben, Semmeln, Brotkanten, rohe Nudeln usw. abgebissen, können Brackets abspringen und Drähte sich verbiegen. **Bitte das Essen immer in kleine Stücke schneiden und vorsichtig kauen!**

Wir wünschen Dir viel Erfolg! Solltest Du noch Fragen haben sind wir jederzeit für Dich da.

Dein Praxisteam

Dr. Monika Kalauz