

Zahnpasta

Profi-Tipps von Updent

6 Tipps zur Auswahl der Zahnpasta

1. **Fluoride** - die Zahnpasta sollte Fluoride enthalten
2. **Mittlerer Abrieb** - die abrasive Wirkung der Zahnpasta sollte im mittleren Bereich sein; keine zu groben Schmirgelstoffe enthalten
3. **Niedriger Abrieb** - für empfindliche Zähne sollte eine Zahnpasta mit niedriger abrasiver Wirkung gewählt werden
4. **Kritisch** gegenüber besonderen Auslobungen (Werbeversprechungen)
5. **Preis** ist als Qualitätskriterium vernachlässigbar
6. **Geschmack** - vertrauen Sie auch auf ihren individuellen Geschmack - meist ist es auch ein Zeichen, ob eine Zahnpasta zu Ihnen passt oder nicht

Nicht Ausspülen nach dem Zähneputzen am Abend

Profi-Tipp von Updent

Zahncremen enthalten verschiedene Wirkstoffe. Gerade abends ist es sinnvoll, den Mund nach dem Zähneputzen nicht auszuspülen, denn so können die Wirkstoffe der Zahnpasta länger wirken. Der Schaum wird nur ausgespuckt. Wer das wegen des Geschmacks nicht mag, sollte darauf achten, den Mund nur leicht auszuspülen.



Updent32

In unserem Prophylaxeprogramm ist ein wichtiger Schwerpunkt die Verbesserung der häuslichen Mundhygiene. Daher gehen wir auf Ihre Gewohnheiten, spezifischen Herausforderungen, Umsetzungsfähigkeiten und Lebensumstände ein. Mit Tipps, Tricks und professioneller Hilfe stehen Ihnen die Prophylaxe-Assistentinnen für die nachhaltige Verbesserung Ihrer eigenen Reinigungskünste stets zur Seite.

DR. KARL SCHWANINGER
Facharzt für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde

Liechtensteinstr. 8
1090 Wien
+43 (0) 1 319 00 70

www.updent.at

Mundgesundheit & Zahnpflege

mehr Infos & Tipps unter
www.zahntipps.at