

Zahnseide

Profi-Tipps von Updent

8 Tipps zur Reinigung der Zahnzwischenräume

1. **Lernen** - lassen Sie sich die richtige Anwendung von Zahnseide von Ihrem Zahnarzt oder Prophylaxe-Assistenten zeigen
2. **Übung macht den Meister** - benützen Sie Zahnseide oder Zahnzwischenraumbürstchen regelmäßig, unbedingt einmal pro Tag
3. **Seien Sie achtsam** - bei regelmäßiger Anwendung erkennen sie sehr bald Ihren individuellen Bereich im Gebiss, worauf Sie besonderes Augenmerk legen sollten
4. **Mit Gefühl** - enge Passage, winzige Bereiche erfordern Feingefühl und Geschicklichkeit damit keine Verletzungen verursacht werden
5. **Täglich** - Mindestens einmal pro Tag und am besten dafür eignet sich hier der Abend
6. **Pasta-Seide-Bürste** - Legen Sie Zahnseide bzw. Interdentalbürsten in der Nähe von Zahnbürste bzw. Zahncreme, dadurch werden Sie an die Benutzung erinnert
7. **Kinder** - Bei vollständig ausgebildetem Milchgebiss (ab dem 30. Lebensmonat) ist es wichtig, dass die Eltern die Zahnzwischenräume zwischen den beiden hintersten Milchzähnen (Milch 4 und 5) bereits mit Zahnseide reinigen
8. **Mundduschen, Mundspüllösungen** oder **Mundwässer** - können die Reinigung der Zahnzwischenräume ergänzen, aber nicht ersetzen.

Zahnhölzer

Profi-Tipp von Updent

Für Menschen mit hohem Bewusstsein für Zahngesundheit sind Zahnseide oder Interdentalbürsten bei Restaurantbesuchen quasi Standardbegleiter. Sollten Sie diese nicht zur Hand haben, können Sie auch Zahnhölzer für die Entfernung von groben Speiseresten in den Zahnzwischenräumen nach dem Essen verwenden. Bevor Sie den Zahnstocher verwenden, feuchten Sie ihn an.



Updent32

Wichtig ist der regelmäßige Gebrauch von Zahnseide und Interdentalbürsten. Daher wird im Updent32 - therapieorientierte Prophylaxe-Programm großer Wert auf die Vermittlung der richtigen Technik und auf die Auswahl der richtigen Produkte gelegt. Beispielsweise messen wir Ihre Zahnzwischenräume und sagen Ihnen genau, welche Hilfsmittel, Größe und Form für Sie am besten ist.

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