

Zahnbürste

Profi-Tipps von Updent

10 Tipps zu Zahnbürsten

1. **Kurzkopfzahnbürsten** (25 - 35 mm Bürstenfeld u. kleinerer Kopf) zeichnen sich durch Handlichkeit und das Erreichen aller Stellen im Mund aus - auch die Hinterseite der Backenzähne
2. **"Weiche und abgerundete Borsten"** - sind wirksam und gleichzeitig sind das Abrasions- und Verletzungsrisiko durch zu starkes Aufdrücken geringer
3. **Empfindliche Zähne** - hierfür sind weiche Zahnbürsten empfehlenswert
4. **Hände weg von zu harten Zahnbürsten** - kaufen Sie niemals eine harte Zahnbürste, die Verletzungsgefahr von Zahnfleisch und Zähnen wird dadurch erhöht
5. **Regelmäßiger Wechsel der Zahnbürste** - Spätestens alle 8-10 Wochen! Ganz nach dem Motto neue Besen kehren gut, sorgen neue Zahnborsten nicht nur für bessere Putzergebnisse, es sammeln sich auch zwischen den Borsten Bakterien an. Wenn die Borsten anfangen sich auseinanderzubiegen ist es höchste Zeit zu wechseln.
6. **Sofortiger Wechsel nach einer überstandenen Erkältung oder Grippe** - denn auf der alten Zahnbürste befinden sich meistens noch die Krankheitserreger
7. **Reinigung der Zahnbürste** - Spülen Sie die Zahnbürste unter heißem Wasser ordentlich aus und stellen Sie sie zur schnelleren Trocknung der Borsten mit dem Kopf nach oben auf. Damit vermehren sich Bakterien und Keime nicht so schnell wie auf feuchten Borsten
8. **Abgerundete Kunststoffborsten** - KEINE Naturborsten: Abgerundete Kunststoffborsten sind schonender für die Zähne und das Zahnfleisch und hygienischer. Naturborsten sind an den Enden scharfkantig und haben einen kleinen Hohlkanal, in dem sich Bakterien festsetzen.
9. **Bürstenkopf & -griff** sollten so geformt sein, dass alle Zähne leicht erreicht und gereinigt werden können und die Bürste gut in Ihrer Hand liegt
10. **Richtig Handhabung** ist der entscheidende Punkt für das gewünschte Putzergebnis

Wechsel

Profi-Tipp von Updent

Regelmäßiger Wechsel der Bürste/Bürstenkopf alle 8-10 Wochen und vor allem nach Erkrankungen wie Erkältungen



Updent32

Die korrekte Einschulung und auch laufende Weiterbildung ob mit einer Handzahnbürste oder mit einer elektrischen Zahnbürste sind Grundbestandteile unseres Prophylaxeprogramms.

Regelmäßig informieren wir Sie auch gerne über die neuesten Entwicklungen in diesem Bereich

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