

ZAHNPFLEGEHINWEISE - FESTE ZAHNSPANGE

1. **Mindestens 2x tgl. Zähne putzen, ein 3x nach Bedarf**
 - empfohlene Putztechnik anwenden (Rot nach Weiß)
 - Zahnbürsten mit kurzem Kopf und mittelharten Borsten verwenden
 - wir empfehlen spezielle Zahnbürsten / Aufsätze für Brackets

2. **Mindestens 2x tgl. Reinigung der Bereiche unter dem Bogen**
 - mit Zwischenraumbürsten (Interdentalbürsten)
 - mit Superfloss Zahnseide

3. **1-2x tgl. eine Mundspülung verwenden (z.B. Elmex oder Meridol)**
 - eventuell in Verbindung mit einer Munddusche

4. **1x wöchentlich Elmex Gelee nach Anweisung anwenden**
 - kann vom Zahnarzt verschrieben werden

5. **Zahnpasta**
 - Kinder bis 5 Jahre = Fluorid-Kinderzahnpasta
 - Kinder ab 6 Jahre = Fluorid-Erwachsenenzahnpasta

6. **Zahnbürste**
 - Hand oder elektrische Zahnbürste
 - eine elektrische Zahnbürste führt laut Studien zu einer deutlichen Verbesserung der Mundhygiene

7. **Zahnfärbetabletten**
 - zur Überprüfung der häuslichen Zahnpflege gibt es Kautabletten, die sicher zwischen alten (dunkellila) und neuen Belägen (lila-rot) unterscheiden.
 - 1 Tablette im Mund zerkauen und mit Wasser ausspülen. Zur Reinigung der Zahnoberflächen angefärbte Beläge mit der Zahnbürste entfernen.

- Die empfohlenen Zahnpflegeartikel erhalten Sie in unserem Prophylaxeshop -

ACHTUNG!

- festere Nahrung sowie Obst & Gemüse zerteilen
- stark klebende Süßigkeiten vermeiden (z. B. Lakritze oder Karamell-Kaubonbons)
- sollte etwas STECHEN / SCHNEIDEN / ABBRECHEN bitte in der Praxis melden