

Tipps für ein gesundes Zahnfleisch



TePe®

Seien Sie gut zu Ihrem Zahnfleisch

Eine gute Mundhygiene ist der Schlüssel zur Vermeidung von Gingivitis und Parodontitis, zwei sehr häufigen Erkrankungen, die sich negativ auf Ihre Allgemeingesundheit auswirken können. In dieser Broschüre erfahren Sie mehr über diese Erkrankungen und wie Sie sie mit Hilfe Ihres Zahnarztes gemeinsam vermeiden können.

Gingivitis:

Entzündung des Zahnfleisches

Parodontitis:

Entzündung des Zahnfleisches
und des Knochens, in dem
der Zahn verankert ist

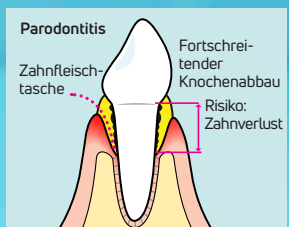
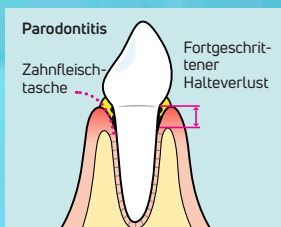
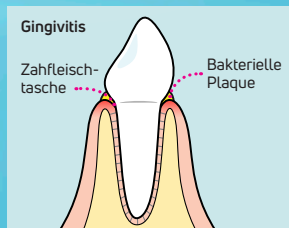
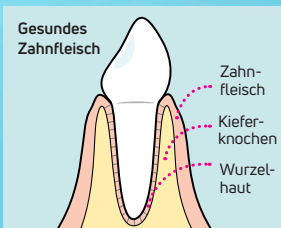


Was ist Gingivitis?

Gingivitis ist sehr häufig und tritt auf, wenn sich entlang des Zahnfleischrands und zwischen den Zähnen Bakterien ansammeln. Bakterien und Nahrungsreste bilden eine klebrige Masse, genannt Plaque. Sie muss gründlich entfernt werden, da sich Ihr Zahnfleisch ansonsten innerhalb weniger Wochen entzünden kann. Entzündetes Zahnfleisch ist rot und geschwollen. Es kann auch bluten, wenn Sie Ihre Zähne putzen oder die Zahnzwischenräume reinigen. Gingivitis kann mit der richtigen Mundhygiene behandelt und geheilt werden. Wenn der gesamte Zahnbelag täglich überall gründlich entfernt wird, heilen die meisten Fälle innerhalb einiger Wochen ab.

Was ist Parodontitis?

Wird Zahnbelag nicht entfernt, können sich die Taschen zwischen Zahn und Zahnfleisch vertiefen. Kann sich der Zahnbelag dort weiter vermehren, breitet sich die Entzündung aus und der Kieferknochen, in dem die Zähne verankert sind, beginnt sich zu zersetzen. Mit fortschreitendem Knochenverlust vertiefen sich die Zahnfleischtaschen noch mehr und die Zähne lockern sich – oder fallen sogar ganz aus. Dies ist ein sehr langsamer, schmerzloser Prozess, der daher häufig nicht bemerkt wird. Der Knochenverlust kann nicht rückgängig gemacht werden, mit einer optimalen Mundhygiene und einer professionellen Behandlung kann man ihn aber stoppen. Parodontitis wird durch Plaque verursacht, aber Faktoren wie Rauchen, Vererbung und bestimmte systemische Erkrankungen (vor allem Diabetes) erhöhen das Risiko.



Gesundes Zahnfleisch, fest sitzende Implantate

Gesundes Zahnfleisch ist hell, rosa und fest. Es blutet nicht, wenn Sie Ihre Zähne putzen oder die Zahnzwischenräume reinigen.



Gesundes rosafarbenes Zahnfleisch



Entzündetes Zahnfleisch

Patient und Zahnarzt – ein gutes Team

Viele Menschen finden es schwierig, Plaque effektiv zu entfernen. Eine gute Strategie ist, sich an die Empfehlungen zu halten, die das Prophylaxeteam speziell für Sie ausarbeitet. In Ihrer Verantwortung liegt es, den Bereich über dem Zahnfleischrand sauber zu halten. Bei der Prophylaxe werden die Zahnfleischtaschen gereinigt sowie Plaque und Zahnstein, rauer verhärteter Zahnbelag, an dem sich Bakterien leicht festsetzen können, entfernt. Die Zusammenarbeit mit den Experten ist entscheidend für den Erfolg der Behandlung, vor allem bei Parodontitis. Regelmäßige Kontrollen in Kombination mit Ihrer eigenen täglichen Zahnpflege verhindern, dass erneut Probleme auftreten.



Top-Tipps

Reinigung der Zahnzwischenräume

Zahnfleischerkrankungen beginnen zwischen den Zähnen. Benutzen Sie eine Interdentalbürste, um die Zwischenräume gründlich zu reinigen. Die passende Bürste füllt den gesamten Zwischenraum aus und verursacht beim Einführen einen leichten Widerstand – führen Sie die Bürste aber nie mit zu viel Druck ein. Bitten Sie in Ihrer Zahnarztpraxis um Hilfe bei der Größenauswahl und richtigen Anwendung der Interdentalbürsten. Wenn Sie die Zahnzwischenräume länger nicht gereinigt haben, kann Ihr Zahnfleisch bei der Reinigung schmerzen und bluten. Lassen Sie sich davon nicht abhalten – Zahnfleischbluten ist ein Anzeichen für eine Entzündung durch Plaque. Daher ist es wichtig, die Zwischenräume weiter täglich zu reinigen.



Um den hinteren Bereich des Mundraums zu erreichen, biegen Sie die Bürste, indem Sie auf die flexible Spitze drücken (Größe 0-3) oder den Draht leicht umbiegen (Gr. 4-8).



TePe Angle™ hat einen längeren Griff, mit dem Sie die hinteren Zähne und die Innenseite besser reinigen können.

Zähne richtig putzen



Putzen Sie Ihre Zähne zweimal täglich mindestens zwei Minuten mit einer fluoridhaltigen Zahnpasta.



Halten Sie die Zahnbürste in einem 45°-Winkel zum Zahnfleischrand und putzen Sie die Innenseiten der Zähne, gefolgt von den Außenseiten. Enden Sie mit den Kauflächen. Putzen Sie mit leichtem Druck und kurzen Bewegungen.

Set für ein gesundes Zahnfleisch

Zahnbürsten

Wählen Sie eine Zahnbürste mit mehrstufigen Borsten, um alle Zahnoberflächen besser zu erreichen. Mit einer TePe Zahnbürste mit konischem Bürstenkopf erreichen Sie die Backenzähne leichter.

TePe Supreme™ (1) mit konischem Borstenfeld in zwei Längen, um den Zahnfleischrand besser zu reinigen.

TePe Nova™ (2) mit leicht erhöhter Spitze für einen besseren Zugang zu den Backenzähnen und der Innenseite der Zähne.

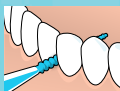
Reinigung der Zahnzwischenräume

Nehmen Sie sich täglich einige Minuten Zeit, um Ihre Zahnzwischenräume zu reinigen und Ihr Zahnfleisch gesund zu erhalten – es wird sich lohnen!

TePe® Interdentalbürste/TePe Angle™ (3) erhältlich in verschiedenen Größen. Zur normalen täglichen Reinigung und Vorbeugung von Gingivitis/Parodontitis.



TePe EasyPick™ (4) die perfekte Lösung für die Reinigung und Zahnfleischpflege zu Hause oder unterwegs.



TePe GOOD Mini Flosser™ (5) nachhaltiger Zahnseide-Stick zur einfachen Anwendung, Griffmaterial basiert auf Zuckerrohr und Holzfasern.



TePe® Dental Floss (6) für sehr enge Zahnzwischenräume, gleitet leicht zwischen den Zähnen hindurch ohne zu zerfasern.



Zahnputztest

TePe PlaqSearch™ (7) kauen Sie eine Tablette nach dem Zähneputzen. Die Verfärbungen zeigen Ihnen an, wo Sie noch sorgfältiger putzen sollten.





Sofortiger Extraschutz



TePe® Gingival Gel enthält antibakterielles Chlorhexidin zur Beseitigung von Bakterien und Fluorid zur Stärkung der Zähne. Für zusätzlichen Schutz von Zahnfleisch und Zähnen einfach mit einer Interdentalbürste auftragen. Wenn Sie weitere Tipps zur Anwendung von Gingival Gel brauchen, fragen Sie Ihren Zahnarzt.

Erhältlich in Ihrer Apotheke



Made in Sweden

TePe Interdentalprodukte

Original



0,4 mm DE 07641185
AT 3698509
CH 5787329



0,6 mm DE 07641311
AT 3698225
CH 5787341



1,1 mm DE 07641392
AT 3698484
CH 5787370



0,45 mm DE 07641191
AT 3698490
CH 5787387



0,7 mm DE 07641328
AT 3698366
CH 5787364



1,3 mm DE 07641423
AT 3698455
CH 6761674



0,5 mm DE 07641305
AT 3698449
CH 5787335



0,8 mm DE 07641386
AT 3698461
CH 5787358



1,5 mm DE 07641446
AT 3698478
CH 7169340



Extra Soft



0,45 mm DE 09724768
AT 3995756
CH 5787430



0,7 mm DE 09724840
AT 3995785
CH 5787476



0,5 mm DE 09724805
AT 3995762
CH 5787447



0,8 mm DE 09724863
AT 3995791
CH 5787482



0,6 mm DE 09724834
AT 3995779
CH 5787453



1,1 mm DE 09724892
AT 3995816
CH 5787499



Angle



0,4 mm DE 07708682
AT 3793260
CH 5782929



0,6 mm DE 07708860
AT 3793308
CH 5782958



0,45 mm DE 07708713
AT 3793277
CH 5782935



0,7 mm DE 07708877
AT 3793314
CH 5782964



0,5 mm DE 07708848
AT 3793283
CH 5782941



0,8 mm DE 07709032
AT 3793320
CH 5782970



EasyPick



XS/S DE 10731992
AT 4261051
CH 6687529



M/L DE 10732017
AT 4261068
CH 6687512



XL DE 16381441
AT 5264212
CH 7816358



GOOD Mini Flosser



DE 15400455
AT 5070376
CH 7769631



Dental Floss



DE 18326713
AT 5711071
CH n.e.



Andere Produkte

PlaqSearch



DE 04807544
AT 4098013
CH n.e.



Gingival Gel



DE 09432095
AT 3894512
CH 7790184



TePe Zahnbürsten



Supreme



DE 17438120
AT 17438120
CH 17438120



Nova, Extra Soft



DE 17604127
AT 5564977
CH n.e.

Ausgewählte TePe Produkte sind auch in Drogerien, im Lebensmitteleinzelhandel oder online erhältlich. Die Verfügbarkeit kann je nach Land variieren.

Zur Bestellung in der Apotheke:

DE= PZN AT=PHZ CH= Pharmacode
n. e. = nicht erhältlich

TePe D-A-CH GmbH

Langenhorner Chaussee 44 a
22335 Hamburg, Deutschland
Tel. DE: +49 (0)40 570 123-0
Tel. AT: +43 (0)15 444 044
Tel. CH: +41 (0)71 788 230 0
kontakt@tepe.com www.tepe.com

