

## Vorsorge – Professionelle Zahnreinigung (PZR)

Die **professionelle Zahnreinigung**, kurz PZR, ist grundsätzlich für jeden Erwachsenen sinnvoll. Sie ist fast schmerzfrei, und am Ende bleibt das gute Gefühl von glatt polierten, sauberen Zähnen, wenn man mit der Zungedarüberfährt.

### Nur Optik oder auch medizinisch sinnvoll?

Bei einer PZR befreit eine Prophylaxe-Fachkraft in der Zahnarztpraxis die Zähne von allen harten und weichen Belägen. Auch Verfärbungen, die auf den Zähnen haften, wie Kaffee- und Teebeläge werden mit erfasst. Nach der Politur, am Ende einer PZR, erhalten die Zähne wieder ihre natürliche, ursprüngliche Zahnfarbe. Was man mit bloßem Auge nicht sieht: Viele schädliche **Bakterien**, die vorwiegend in den weichen Belägen vorhanden sind, werden ebenfalls gründlich entfernt. So entsteht der eigentliche Vorsorge-Effekt: **Karies** und **Parodontitis** – beides von bestimmten **Bakterien** verursachte Erkrankungen – haben wenig Chancen. Natürlich reicht eine einmalige **professionelle Zahnreinigung** nicht aus. Wissenschaftliche Untersuchungen haben gezeigt, dass eine PZR, abhängig vom individuellen Erkrankungsrisiko regelmäßig durchgeführt, eine ideale Ergänzung zur häuslichen **Mundhygiene** ist. Je nach individueller Situation muss der Zahnarzt die notwendigen Zeitabstände mit dem Patienten abstimmen.

### Allgemeinerkrankungen und die Mundhöhle

Einige Erkrankungen stehen mit Belägen in der **Mundhöhle** in ungünstiger Wechselbeziehung. So haben Diabetiker beispielsweise ein erhöhtes Risiko, dass aus einer von Belägen verursachten Zahnfleischentzündung eine **Parodontitis** entsteht – eine Zahnbettterkrankung, die in der Folge zu starkem Knochenabbau und Zahnlockerung bis hin zum Zahnverlust führt. Doch auch umgekehrt beeinflusst eine bereits bestehende, unbehandelte **Parodontitis** die Einstellung des Zuckerstoffwechsels beim Diabetiker sowie andere Erkrankungen negativ. Wissenschaftliche Studien geben deutliche Hinweise, dass der Verlauf von **Parodontitis-Erkrankungen** mit der Dauer und Schwere von Rheumaerkrankungen zusammenhängt. So konnte eine Studie zeigen, dass durch die Behandlung einer **Parodontitis** die Entzündungswerte im Blut von Rheumapatienten sinken. Bei einer **Parodontitis** können Entzündungsbotschaften ebenso die Blutgefäße im Körper beeinflussen und so eine Arteriosklerose begünstigen.

Die PZR hilft, einer **Parodontitis** vorzubeugen, aber auch, eine **Parodontitis** so zu behandeln, dass die Erkrankung nicht weiter fortschreitet.

### Gesunde Zähne sparen bares Geld

Für Kinder und Jugendliche werden in Zahnarztpraxen individuelle Prophylaxeleistungen von 6 bis einschließlich 17 Jahren angeboten, die von den gesetzlichen Krankenkassen erstattet werden. Erwachsene müssen für eine PZR selbst aufkommen. Die Kosten sind abhängig vom Umfang und Zeitaufwand der PZR. Eine Investition, die sich im Interesse der Lebensqualität lohnt, und auf Dauer noch Geld spart. Denn: Von **Karies** zerstörte Zähne müssen meist aufwendig durch Füllungen behandelt oder sogar ersetzt werden. Wer gerade neuen **Zahnersatz** bekommen hat – vielleicht gar in Form von Implantaten –, hat möglicherweise bereits tief in die **Tasche** greifen müssen. Wichtig ist jetzt, den Status quo mit gründlicher **Zahn-** und **Zahnersatzpflege** möglichst lange zu erhalten. Gerade die Pflege von Implantaten oder die Reinigung zum Beispiel unter Brücken fällt vielen zu Hause schwer. Die Prophylaxe-Fachkraft erklärt bei der PZR die Reinigung von schwer zugänglichen Stellen mit **Zahnseide**, **Floss** und **Zahnzwischenraumbürstchen**. So hilft sie, diese Stellen dauerhaft sauber zu halten. Eine Voraussetzung dafür, dass der **Zahnersatz** lange Freude macht.

### Auch Prothesen brauchen Pflege!

Nicht nur die eigenen Zähne, auch eine Zahnprothese muss regelmäßig gereinigt werden. Auf Voll- oder Teilprothesen bilden sich ebenfalls immer wieder Beläge, die **Bakterien** enthalten. Die Zahnprothese sollte daher nach Möglichkeit nach jedem Essen herausgenommen und gereinigt werden. Reinigt man die **Prothesenur** im Mund, erwischt man die Beläge an der Prothesenunterseite nicht. Auf Dauer entstehen so Entzündungen und **Mundgeruch**. Für die Reinigung empfiehlt sich eine spezielle Prothesenbürste. Zahncremes mit groben Putzkörpern sind nicht geeignet, sie könnten den Prothesenkunststoff zerkratzen. Besser geeignet sind spezieller Prothesenreinigungsschaum oder eine flüssige Handseife. Auch Reinigungsbäder sind zu empfehlen, zusätzlich sollte allerdings immer auch eine mechanische Reinigung mit der Bürste erfolgen. Tipps für die Prothesenreinigung geben zahnmedizinische Prophylaxe-Assistentinnen sowie der Zahnarzt. In hartnäckigen Fällen kann eine Reinigung mit anschließender Politur der **Prothese** im **Dentallabor** notwendig sein.

---