



Tipps zur Weihnachtszeit: Mit gesunden Zähnen in das neue Jahr!

Weihnachten - eine Zeit, in der sich regelmäßige Naschereien größter Beliebtheit erfreuen und das Risiko für die Zähne steigt: zu viel Süßes und Saures ist eine Kombination, die unseren Zähnen gar nicht schmeckt.

Umso mehr freuen sich Milliarden kleinster Lebewesen in unserem Mund. Bakterien, die sich von Zucker ernähren und die sich bei einem Überangebot an Nahrung rasend schnell vermehren. Bei der Verwertung des Zuckers produzieren Bakterien Säure, die den Zahnschmelz entkalkt und oft dauerhaft schädigt. Wer hier zu lange tatenlos zuschaut, der riskiert Karies und Parodontitis. Bakterien bilden Zahnbelag, die sogenannte Plaque. Wird diese nicht entfernt, kann am Ende sogar der Verlust einzelner Zähne stehen.

Schädliche Bakterien lösen Entzündungen des Zahnfleisches aus, die bis in den Zahnhalteapparat gehen und den Kieferknochen angreifen können. Eine Parodontitis entsteht!

Das heißt nicht, auf all die Leckereien zu verzichten. Die richtige Zahnpflege zu Hause und die regelmäßige Vorsorge in der Zahnarztpraxis sind die Basis für gesunde Zähne und sollten grundsätzlich zu den guten Vorsätzen für das neue Jahr gehören.

Stichwort Vorsorge: Moderne Prophylaxekonzepte gehen auf die persönlichen Risiken der Patienten für Karies und Parodontitis ein. Zu den wichtigsten Maßnahmen zählt die Messung der Zahnfleischtaschen. Vertiefte Taschen gelten als behandlungsbedürftig, da sie auf eine Parodontitis hinweisen. Bei jedem Patienten entscheiden die Experten dann individuell über Art und Umfang der Therapie, zu der immer die PZR, die Professionelle Zahnreinigung, gehört.

Ein Tipp zum Schluss: Wünschen Sie sich doch zu Weihnachten eine neue Zahnbürste, denn auch die ist irgendwann auch ein beliebter Tummelplatz unzähliger Bakterien.

Ihre goDentis-Praxis wünscht ein frohes Weihnachtsfest!