



## WEITERE INFORMATIONEN

Der wichtigste Parameter für den Erhalt eines absolut gesunden Zahnfleisches ist ein optimaler Vitamin- und Nährstoffhaushalt, welcher regelmässig durch eine Überprüfung des Vitamin D3- und LDL-Levels überprüft werden sollte (LDL muss < 1,4 g/l, besser < 1,0 g/l sein und D3 > 40 ng/ml, besser > 60 ng/ml).



Unsere Vitamin D3 Dosierung finden Sie hier - einfach QR-Code scannen

Entgegen früherer Annahmen wissen wir heute, dass Parodontitis nicht durch eine schlechte Mundhygiene des Patienten entsteht, sondern durch einen Nährstoffmangel, welcher bewirkt, dass sich das Zahnfleisch entzündet, schmerzhaft und berührungsempfindlich wird. Dadurch pflegt der Patient verständlicherweise nicht mehr so intensiv, wie er es sollte, sodass sich zunehmend weiche und harte Beläge ansammeln können. Diese weichen und harten Zahnbeläge sind aber die Folge eines Nährstoffmangels und nicht die Ursache einer Parodontitis.

Deshalb empfehlen wir die dauerhafte Einnahme eines guten Vitamin- und Mineralstoffpräparates wie z.B. SWISS BIOHEALTH BASELINE und BOOST.

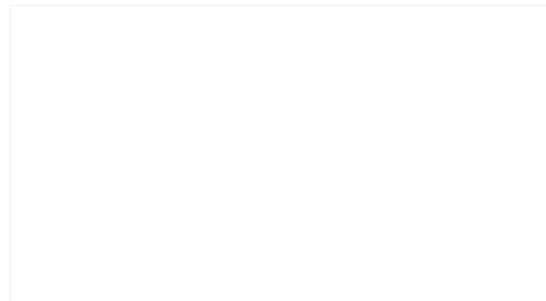


Unsere Nahrungsergänzungsmittel - Empfehlungen finden Sie unter [www.swiss-biohealth-vital.com](http://www.swiss-biohealth-vital.com)

# MAKING THE WORLD A HEALTHIER PLACE

Fragen Sie nach Keramik-Implantatlösungen von  
SDS SWISS DENTAL SOLUTIONS

Ihr Zahnarzt berät Sie gerne!



**SDS** SWISS DENTAL  
SOLUTIONS 

SDS Deutschland GmbH  
Löhnerhofstrasse 2  
78467 Konstanz | Deutschland

Hotline: +49 7531 89 16 86 0  
[info@swissdentalsolutions.com](mailto:info@swissdentalsolutions.com)  
[www.swissdentalsolutions.com](http://www.swissdentalsolutions.com)

SDS Swiss Dental Solutions AG  
Konstanzerstrasse 11  
8280 Kreuzlingen | Schweiz

Hotline +41 71 556 36 70  
[info@swissdentalsolutions.com](mailto:info@swissdentalsolutions.com)  
[www.swissdentalsolutions.com](http://www.swissdentalsolutions.com)

## Informationen für die Dentalhygiene und die Eigenpflege





## EINFÜHRUNG

Bei ungesundem Zahnfleisch, beispielsweise bedingt durch Parodontitis (bakterielle Entzündung des Zahnbettes), Periimplantitis (bakterielle Entzündung des Zahnbettes um Implantate herum), Versorgung mit Amalgamfüllungen oder metallbasierten Inlays und Kronen, war bisher eine gründliche, mechanische Reinigung der Zahntaschen die übliche Therapie. Harte und weiche Beläge (Plaque und Konkremente), die sich in den Zahnfleischtaschen angesammelt hatten, konnten dadurch zwar zuverlässig entfernt werden, dies ging jedoch zu Lasten des mechanischen Verbunds zwischen Zahn und Zahnfleisch.

Nach erfolgter Sanierung mit Keramik-Implantaten und/oder Vollkeramikronen ist das Zahnfleisch verheilt und fest an den Zahn bzw. das Keramik-Implantat angewachsen. Die „immunologische Türe“ ist somit geschlossen und soll es auch bleiben. Wir raten daher dringend von einer mechanischen Reinigung unterhalb des Zahnfleisches ab, da ansonsten der feste Verbund zwischen Zahn bzw. Keramik-Implantat und Zahnfleisch wieder zerstört wird.



## DIE ZAHNREINIGUNG

Die Zähne bzw. die Kronen werden lediglich vorsichtig mit einer weichen Bürste und einer Zahnpasta oberhalb des Zahnhalses gereinigt, da andernfalls der Verbund zwischen Zahnfleisch und Zahn bzw. Keramik-Implantat zerstört werden

würde. Es darf keinesfalls mit diversen Instrumenten unter dem Zahnfleisch gereinigt werden! Es dürfen weder Fluoridbehandlungen noch Lackbehandlungen durchgeführt werden. Wir empfehlen den Einsatz eines Air-Flow®-Systems.



## ZAHNSTEIN-ENTFERNUNG

Bei Patienten, die durch einen sehr mineralhaltigen Speichel zu Konkrement-Bildung (Zahnstein) in der Unterkieferfront neigen, kann es notwendig sein, eine Entfernung durchzuführen. Die Intervalle sind mit großem Abstand anzusetzen, die Entfernung des Zahnsteins sollte in diesem Falle maximal alle 6 bis 12 Monate und lediglich in der Unterkieferfront erfolgen.



## ZAHNPFLEGE FÜR SIE ZUHAUSE

- Bitte reinigen Sie die Zähne zwei bis dreimal täglich mit einer maximal mittelharten Zahnbürste und einer fluoridfreien Zahnpasta. Sie können zudem einmal täglich mit einer Mischung aus Natriumbikarbonat und Kokosnussöl reinigen, was zu einem Aufhellungseffekt der Zähne führt.
- Wir warnen vor der Anwendung von Mundduschen, da diese in ihrem Schlauchsystem eine

ideale Brutkammer für verschiedenste Erreger darstellen. Der Wasserstrahl kann diese Erreger unter Umständen in die Zahnfleischtasche hineinschiessen, wodurch sich dort Infektionen und Entzündungen bilden können.

- Wir empfehlen, weder Zahnzwischenraumbürsten noch Zahnhölzchen und auch keine Zahnseide zu verwenden, da diese den festen Verbund zwischen Zahn bzw. Keramik-Implantat und Zahnfleisch jedes Mal aufs Neue zerstören und so erst zulassen, dass sich in diesem Bereich Beläge ansiedeln. Sieht man von der Anwendung von Zahnhölzchen, Zahnzwischenraumbürste und Zahnseide ab, so schliesst sich das Zahnfleisch fest am Zahn bzw. an der Keramikkrone an und die Notwendigkeit einer Reinigung entfällt. Belegt wird dies durch zahlreiche Studien, was dazu geführt hat, dass die ADA (American Dental Association) im Oktober 2016 die Empfehlung von Zahnseide zurückgezogen hat!
- Statt der Verwendung von Zahnseide und ähnlichen mechanischen Methoden empfehlen wir das sogenannte Ölziehen. Dabei wird morgens vor dem Zähneputzen ca. ein Esslöffel kaltgepresstes organisches Öl (Kokosnussöl, Sonnenblumenöl, Olivenöl oder auch Mandel- oder Walnussöl) sehr intensiv für ca. fünf Minuten im Mund bewegt, durch die Zähne gepresst und dann ausgespuckt. Im Anschluss daran werden die Zähne wie gewohnt geputzt. Dies stellt nicht nur eine sehr effektive Entgiftungsmethode dar, sondern versiegelt die Zähne auch und führt dem Zahnfleisch wichtige Nährstoffe zu.