

# Anmerkungen zur professionellen Zahnreinigung (PZR)



Die professionelle Reinigung der Zähne intendiert nicht nur ein attraktiveres Aussehen. Natürlich wird Ihre Zahnhygienikerin beim Reinigungstermin auch die sichtbaren Folgen Ihrer Neigung zu Tee, Nikotin oder schweren Rotweinen beseitigen, aber das eigentliche Ziel der professionellen Zahnreinigung ist es, die bakterienbelasteten Beläge zu entfernen, die trotz Ihrer täglichen Bemühungen zurückgeblieben sind. An schwer zugänglichen Stellen haben sich die Beläge möglicherweise schon zu Zahnstein verfestigt, vielleicht schaffen sie am Zahnfleisch (oder unter dem Zahnfleisch) bereits die Voraussetzungen für neue Erkrankungen. Äußere, ins Auge fallende Schönheitsmängel an Ihren Zähnen wird man normalerweise in ein paar Minuten bereinigen können. Mehr Zeit und Aufwand erfordern die versteckten Beläge. Was sich in Zahnfleischnähe oder unter dem Zahnfleisch angesammelt hat, muss sorgfältig entfernt werden. Es ist wichtig, dass Ihnen diese Stellen gezeigt werden, damit Sie bei Ihrer täglichen Reinigung darauf achten und Ihre Putztechnik verbessern können. Eine schriftliche Dokumentation – wenn sie wollen - wird dazu beitragen, dass bei der nächsten Betreuungssitzung die Ausheilung der kritischen Stellen kontrolliert und bestätigt werden kann.

Sie sollten wissen, was Sie nach der Profisäuberung Ihrer Zähne erwartet und Sie sollten Ihre Eßgewohnheiten der Situation anpassen. Die Entfernung der Zahnbeläge hinterlässt besonders dort, wo Zähne und Zahnfleisch zusammenstoßen, äußerst empfindliche Oberflächen. Und wenn das zu entfernende Übel bereits die dichte Verbindung zwischen Zähnen und Zahnfleisch aufgelöst hat, können diese Stellen nach der Reinigung anfänglich durchaus Schmerzen bereiten, wenn die Temperatur Ihrer Nahrung deutlich von der Temperatur der Mundhöhle abweicht. Essen Sie nichts, was heiß oder zu kalt ist und vermeiden Sie besonders süße oder saure Speisen.

Nutzen Sie jede Möglichkeit, um Spülungen mit lauwarmem Wasser durchzuführen. Die kleinen Verletzungen, die bei der Reinigung der Zahnoberflächen notgedrungen entstanden sein können, heilen dann deutlich schneller.

Der Gebrauch von Zahnbürste und Zahnseide kann in den ersten Tagen nach der professionellen Reinigung zunächst etwas schmerzhaft sein. Versuchen Sie dennoch, Ihre tägliche Zahnhygiene so sorgfältig und regelmäßig wie irgend möglich zu betreiben! - Nach der Entfernung von Zahnstein fühlt sich besonders die Innenseite der unteren Frontzähne manchmal etwas fremd an. Das ist eine ganz normale Folge der Profisäuberung, und dieses leicht unangenehme Gefühl wird genauso rasch vergehen wie die zuvor genannten Beschwerden.

Eine Anmerkung noch zum Schluss dieses Abschnitts: seien Sie nicht allzu enttäuscht, wenn Sie als Rotweinliebhaber oder passionierter Teetrinker schon bald nach der professionellen Reinigung wieder kritische Kommentare über das Aussehen Ihrer Zähne zu hören bekommen. Das hat nichts mit der Gesundheit Ihrer Zähne zu tun.

Aus: Norbert Salenbusch, Vincent Klink, Volker Kriegel: Al dente – kulinarische Genüsse trotz Zahnbehandlung.



„FÜR WEN DAS PÜRIERTE WILDSCHWEIN?“