

Gesundes Leben

# Zahnpflege der Dritten



Fotonachweis: Unsplash

**Muss man eigentlich die „Dritten“ genauso gründlich pflegen wie eigene Zähne? Können auch Prothesen Plaque und Zahnstein bekommen? Wir haben die Antworten**

Prothesen rausnehmen, ins Wasserglas legen, Sprudeltablette dazu, fertig. So sieht bei vielen die Pflege-Routine der dritten Zähne aus. Ein Irrtum! Wir fragten Dr. Jochen Schmidt, was es bei der Pflege von Teil- und Vollprothesen zu beachten gilt.

**Herr Dr. Schmidt, kann ich bei der Pflege der „Dritten“ etwas lässiger sein?**

**Dr. Schmidt:** Nein, auch bei den „Dritten“ ist eine gründliche Zahnpflege wichtig. Zwar kann hier natürlich keine Karies mehr entstehen. Aber es drohen einige andere Risiken. So können sich Bakterien und Essensreste festsetzen. Dies kann nicht nur Plaque, Mundgeruch und Mundtrockenheit verursachen. Möglich sind zudem Entzündungen von Zahnfleisch und Mundschleimhaut.

### **Können Prothesen auch Zahnstein bekommen?**

**Dr. Schmidt:** Ja, werden Prothesen nicht regelmäßig gründlich gereinigt, kann sich Plaque absetzen und infolge davon Zahnstein entsteht. Oft sitzen die Prothesen dann nicht mehr richtig

### **Genügen Tabletten zur gründlichen Pflege daheim?**

**Dr. Schmidt:** Gebissreiniger-Tabletten alleine genügen nicht für eine ausreichende Säuberung. Sehr viel effektiver ist die mechanische Reinigung mit Prothesenbürste und Seife bzw. Prothesenreinigungspasten. **Gebissreiniger allein reichen nicht aus.**

### **Kann ich zum Reinigen auch normale Zahnpasta nehmen?**

**Dr. Schmidt:** Zahnpasten enthalten unter anderem Fluorid und Putzkörper. Diese kleinen Schleifpartikel sind für die Pflege der Zähne wichtig, aber nicht geeignet für die Reinigung des Zahnersatzes. Besser ist hier die Säuberung mit flüssiger Seife und warmem Wasser. Empfehlenswert sind zudem spezielle Prothesenbürsten.

### **Genügt es, die Prothesen einmal am Tag zu reinigen?**

**Dr. Schmidt:** Nein, am besten die Prothesen nach jeder Mahlzeit gründlich säubern. Dabei bitte nicht nur Beläge auf den Außenflächen entfernen. Wichtig ist es, auch die auf dem Zahnfleischkamm oder Gaumen aufliegenden Innenflächen zu reinigen.

### **Wie oft ist eine professionelle Reinigung empfehlenswert?**

**Dr. Schmidt:** Es empfiehlt sich einmal jährlich eine professionelle Prothesenreinigung beim Zahnarzt. Per Ultraschall lassen sich hier Beläge und Zahnstein gründlich entfernen. In Haushaltswarengeschäft gibt es inzwischen auch Ultraschallgeräte zur Prothesenreinigung daheim, die die manuelle Reinigung ergänzen.

### **Was ist Ihr persönlicher Pflege-Tipp?**

**Dr. Schmidt:** Die Prothese unter fließendem Wasser reinigen – und zuvor bitte ein Handtuch ins Waschbecken legen. Rutscht die Prothese versehentlich aus der Hand, so fällt sie weich – die Gefahr von Schäden ist so reduziert.

© Freizeit Vergnügen

Fotocredits: Unsplash

Alle Inhalte, insbesondere die Texte und Bilder von Agenturen, sind urheberrechtlich geschützt und dürfen nur im Rahmen der gewöhnlichen Nutzung des Angebots vervielfältigt, verbreitet oder sonst genutzt werden.