

Gesund beginnt im Mund



Warum ist eine gute Mundhygiene so wichtig für Ihre Gesundheit.

Die Mundhöhle ist von Natur aus mit vielen Bakterien und Pilzen besiedelt. Erst eine verringerte Abwehr oder aber eine schlechte oder fehlerhafte Mundhygiene verändern die Mundflora und es kommt zu Entkalkungen des Zahnschmelzes und in dessen Folge zu Karies.

Auch ein wenig Zahnfleischbluten ist nicht unbedenklich. Dieses Signal ist der Hinweis auf eine beginnende Mundschleimhautreizung. Eine Parodontose kann sich daraus entwickeln. Die parodontitisassoziierten Keime gelangen über die Blutbahn an alle Organe des Körpers und können zu Herzinfarkt, Gelenkserkrankungen, Nierenbeckenentzündungen und vielen ernstzunehmenden Krankheiten führen.

Mit unseren Zähnen zerkleinern wir unsere Nahrung. Im besonderen Maß sind Sie auch für unsere Attraktivität und auf die Wirkung unserer Person auf unser Umfeld verantwortlich. Keiner kann leugnen wie wenig anziehend wir Zahnlücken oder braun und gelb verfärbte Zähne finden.

Grundlage zur Vermeidung von Zahnschäden ist also eine perfekte Mundhygiene.

Diese sollte speziell auf Ihren Gebisszustand abgestimmt werden. Denn der Einsatz der für Sie richtigen Interdentalbürstchen, Zahnseide und der richtigen Zahnbürste sollte Ihnen von Ihrem Zahnarzt gezeigt werden. Darüber hinaus sollte Sie ein bis zweimal pro Jahr Ihre häusliche Mundhygiene durch einen speziellen Vorsorgetermin in einer professionellen Zahnreinigung ergänzen, denn keiner von uns kommt in alle Ecken und Nischen des eigenen Gebisses so gut wie die Dentalhygienikerin. Dass wir unser Auto zur jährlichen Inspektion geben steht für uns außer Frage, aber bei unserem Mund überlegen manche, ob sie nicht lieber etwas anderes unternehmen „wo das doch die Kasse nicht bezahlt“.

Machen Sie sich jedoch klar, dass es hier um den Erhalt Ihrer erotischen Ausstrahlung, Attraktivität und Gesundheit geht, dann dürfte die Entscheidung leichter fallen.

Dr.med.dent Brigitte Stadtkus-Weigl