

## Was hat die letzte Erkältung mit der Zahnbürste zu tun?



Froh die letzte Erkältung oder gar Grippe nach einigen Tagen überstanden zu haben gehen wir gleich wieder zur Tagesordnung über. Wir denken vielleicht daran unserem Körper noch ein wenig Schonung zu gönnen, meist bleibt es jedoch beim guten Vorsatz, die Tagesverpflichtungen haben uns fest im Griff.

Wer denkt da schon daran dass er seine Zahnbürste gerade jetzt erneuern sollte! Denn von Ihrer alten Zahnbürste droht erneute Ansteckungsgefahr. Nach allen Erkrankungen des Mund und Rachenraumes wie Erkältungen oder grippalen Infekten, aber auch nach Zahnfleischerkrankungen die behandelt worden sind tummeln sich die Bakterien auf der Zahnbürste. Gleiches gilt für den Herpes, die schmerzhaften Lippenbläschen unter denen gerade nach überstandener Erkältungskrankheit so viele Menschen leiden.

Die Erreger all dieser Krankheiten bevölkern also weiterhin die Zahnbürste und können so zu einer neuerlichen Ansteckung führen oder schwächen die Immunabwehr so dass es dann in einem anderen Körperteil leichter zu Erkrankungen kommen kann.

Zudem sollte eine Zahnbürste nach jedem

Gebrauch gründlich mit heißem Wasser gereinigt werden und nach spätestens drei Monaten durch eine neue ersetzt werden. Außerdem sollte jeder Mensch seine eigene Zahnbürste besitzen und diese auch nicht verleihen, auch nicht an Freund oder Ehepartner, denn zumindest Kariesbakterien können so auf den Mund des Mitbenutzers übertragen werden, denn wie Sie wissen ist Karies eine Infektionskrankheit.

Denken Sie daran eine regelmäßig erneuerte Zahnbürste ist kein Luxus sondern dient Ihrer Gesundheit.

Dr.med.dent Brigitte Stadtkus-Weigl