

Merkblatt Zahnpflege Prothese

Auch die “Dritten Zähnen” brauchen Pflege. Ein künstlicher Zahn kann nicht erkranken, aber jeder Zahnersatz kann funktionsuntüchtig werden, wenn er nicht regelmäßig gepflegt wird. Beläge am Zahnersatz können noch vorhandene eigene Zähne schädigen. Genau wie an den natürlichen Zähnen bildet sich Zahnbelag (“Plaque”) an den Prothesenflächen. Wird diese nicht entfernt, verhärtet sie zu Zahnstein. Mit einer Zahnbürste ist dieser Zahnstein am Zahnersatz nicht mehr zu entfernen. Mit Ultraschallgeräten, Polier- und Schleifbürstchen kann dann der Zahnstein bei einer professionellen Zahnreinigung in unserer Praxis entfernt werden.

Zahnstein setzt sich überall fest, auch an den Verbindungselementen und Kontaktflächen, die eigentlich für einen optimalen Halt an den Träger- bzw. Pfeilerzähnen sorgen sollen. Geringste Ablagerungen von festem Zahnbelag machen sich sehr schnell bemerkbar, weil Zahnersatz und Träger-/Pfeilerzahn auf Bruchteilen von Millimetern passend zueinander gearbeitet wurden. Wenn der Zahnersatz nicht mehr so leicht wie am Anfang herausgenommen werden kann, ist das ein erstes Alarmzeichen: Dann sollte möglichst rasch der Zahnarzt aufgesucht werden.

Wer herausnehmbaren Zahnersatz hat, sollte seinen Dritten pflegen. Festsitzender Zahnersatz (Kronen oder Brücken) werden grundsätzlich bei der Zahnpflege behandelt wie natürliche Zähne (siehe Merkblatt zur Pflege der Zähne bei Erwachsenen). Bei herausnehmbarem Zahnersatz sollte regelmäßig eine Entfernung von Belägen an den Außen- und auf den Innenflächen, die auf dem Zahnfleischkamm und dem Gaumen aufliegen erfolgen. Essensreste können sich unter den Kunststoff- bzw. Metallsattel drücken. Werden diese Essensreste nicht entfernt, leidet die Prothese und die anliegenden Stellen. Meist rufen diese nicht sichtbaren Essensreste üblen Mundgeruch hervor.

Wenn Sie keine Zahnbürste zur Hand haben, sollten Sie die Prothese nach den Mahlzeiten unter fließendem Wasser abzuspülen. Die Prothese sollten Sie nicht an den individuellen und millimetergenau angepassten Metallklammern oder sonstigen Befestigungselementen anfassen und halten. Halten Sie die Prothese an den stabilen Kunststoff- oder Metallteilen zum Reinigen fest.

Mindestens zweimal täglich sollten Sie Ihre Prothese intensiv reinigen. Dazu müssen Sie nicht unbedingt eine spezielle Zahnbürste nehmen. Spezielle Prothesenzahnbürsten erreichen aber durch ihre besondere Form und Anordnung der Borsten schwerer zugänglichen Flächen. Das kann besonders Menschen mit eingeschränkter Beweglichkeit helfen. Fragen Sie hierzu unsere Zahnärzte. Das Putzen unter fließendem Wasser ist vollkommen ausreichend. Zahnpasta also nicht unbedingt nötig, wir empfehlen zur gründlichen Reinigung dennoch spezielle Zahngels.



Ultraschallgeräte zur Prothesenreinigung und -desinfizierung arbeiten besonders gründlich. Solche Geräte verwenden wir auch. Sie sind in gut sortierten Haushaltswarengeschäften erhältlich. In den Behälter wird eine dreiprozentige Wasserstoffsuperoxid-Lösung gefüllt (in Apotheken erhältlich) und zehn Minuten nach dem Einschalten ist die Prothese hygienisch sauber. Die in unserer Praxis verwendeten professionelle Reinigungsgeräte sind besonders effektiv und mit den Haushaltsgeräten nicht zu vergleichen.

Ob Sie vor dem Schlafengehen die Prothese herausnehmen sollten oder nicht, dazu beraten wir Sie gerne in unserer Praxis. In einigen Fällen ist es notwendig, die Prothese immer zu tragen. Dazu, wie eine herausgenommene Prothese nachts zu lagern ist, gehen die Meinungen auseinander. Der altbekannte Ratschlag lautet, die Prothese nachts in ein Glas Wasser zu legen. Immer mehr Zahnmediziner raten heute jedoch dazu, die Prothese über Nacht trocken an der Luft aufzubewahren.

Auch Prothesenträger müssen ihre eigenen Zähne und den festsitzenden Zahnersatz reinigen. Sie sollten darauf achten, dass sie das Zahnfleisch dabei auch etwas massieren, vor allem diejenigen Bereiche, die mit der Prothese in Verbindung stehen. Mit der Zahnbürste üben Sie einen leichten Druck aus. Besonders wichtig ist das für Patienten, die eine Totalprothese tragen. Mit der sanften Massage fördern Sie die Durchblutung und somit Ihre Zahngesundheit und beugen Entzündungen vor.

Die tägliche Zahnfleischmassage empfehlen wir besonders für ältere Menschen. Abbauprozesse im Kieferkamm nehmen mit dem Älterwerden zu. Diese Prozesse verlangsamen sich deutlich, wenn das Zahnfleisch immer wieder massiert und gut durchblutet wird. Können Sie diese Zahnfleischmassage und/oder Reinigung nicht mehr selbst durchführen können, sollte dies regelmäßig von Dritten, z.B. den pflegenden Personen durchgeführt werden. Auch bei Menschen, die krank und/oder bettlägerig sind ist Mundhygiene wichtig. Wenn Sie die Mundhygiene bei diesen Menschen vernachlässigen, treten häufig zusätzliche Probleme nach der Gesundung auf, die durch rechtzeitige Pflege hätte vermieden werden können.

Besonders in Altenheimen ist die Gefahr groß, dass bei der Reinigung von mehreren Prothesen z.B. durch das Pflegepersonal die spätere Zuordnung zum Prothesenträger schwierig wird. Daher ist es ratsam Prothesen zu kennzeichnen. Die Kennzeichnung wird von unserem Zahntechniker durchgeführt.

Mit sorgfältiger Mundhygiene können Sie verhindern (bzw. hinauszögern), dass Ihre eigenen Zähne, das Zahnfleisch und der Kieferknochen Schaden nehmen und von Bakterien in Zahnbelägen angegriffen und zerstört werden. Mundhygiene ist immer wichtig. Pflegen Sie auch die Zähne bzw. den Zahnersatz der fest im Mund sitzt. Unter anderem der sichere Halt der Prothese bleibt hierdurch gewährleistet.

