



Ratgeber
Zahn- und Mundgesundheit



Ratgeber



Einleitung	03
Ein Blick in den Mund	04
Das Einmaleins der Zahnhygiene	08
Zahnärztliche Prophylaxe	14
Zahngesund essen und trinken	18
Erkrankungen von Mund und Zähnen	20
Füllungen und Zahnersatz	42

Liebe Leserinnen und Leser,

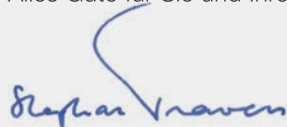
bis ins hohe Alter genussvoll essen und strahlend lächeln zu können, wer wünscht sich das nicht. Auf dem Weg zu diesem Ziel möchten wir Sie und Ihre Angehörigen unterstützen. Schließlich ist eine gute Mund- und Zahngesundheit kein Zufall.



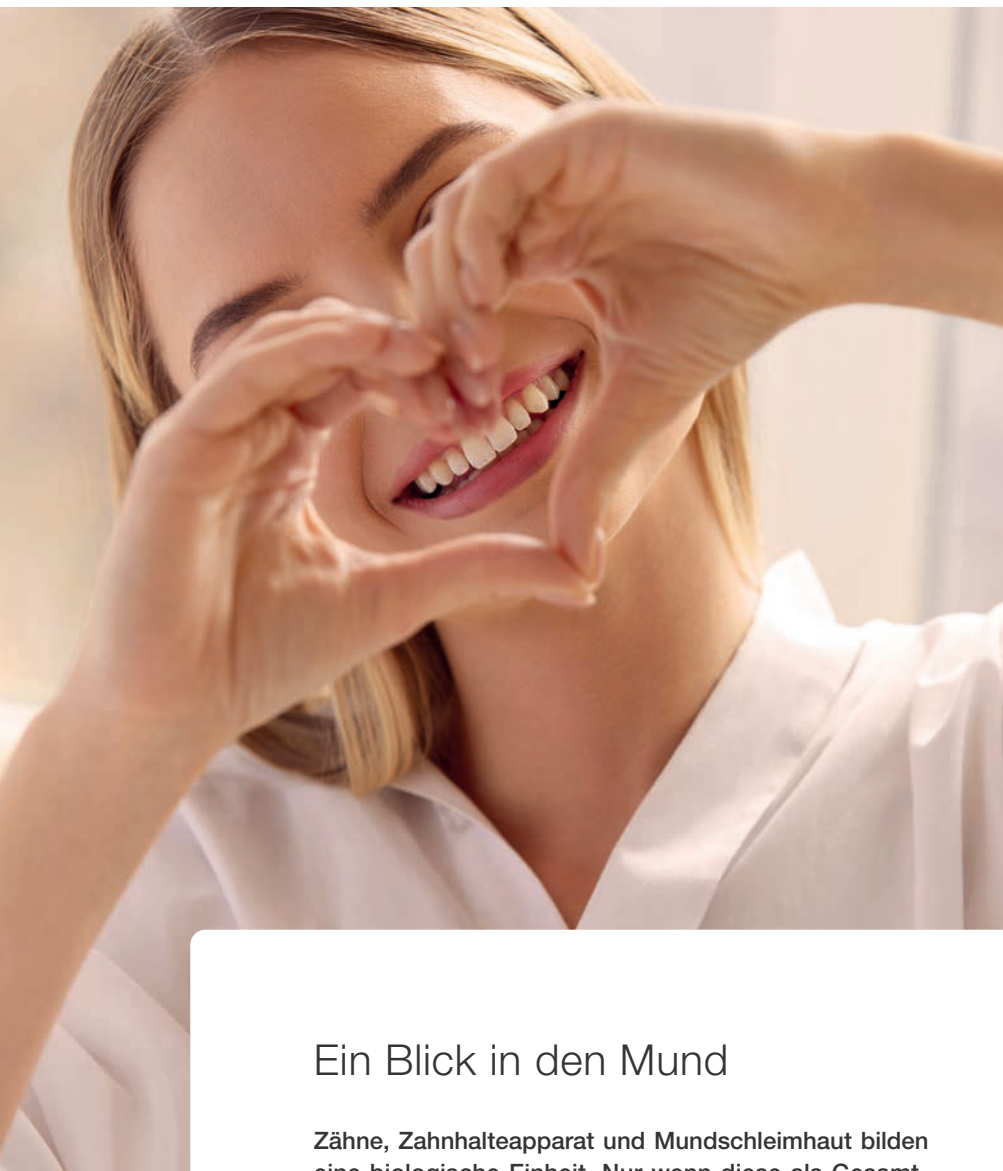
Seit vier Generationen gehören wir, das Familienunternehmen Kreussler in Wiesbaden, zu den Spezialisten auf dem Gebiet der Mund- und Zahngesundheit. Unsere langjährigen Erfahrungen haben wir für Sie in diesem Ratgeber zusammengestellt. Alle darin genannten Präparate werden in Deutschland produziert und das gemäß höchster Qualitätsstandards.

Auf den folgenden Seiten haben wir für Sie umfangreiche Informationen und viele Tipps zusammengestellt. Diese sollen Ihnen dabei helfen, Mund und Zähne möglichst lange gesund zu erhalten und bei Erkrankungen im Mundraum rasche Hilfe zu finden. So erfahren Sie Wissenswertes über Mundhygiene, zahngesunde Lebensmittel und Getränke, über den Nutzen der Fluoridierung der Zähne und der professionellen Zahnreinigung (PZR). Zudem finden Sie in dieser Broschüre Interessantes über Erkrankungen von Mundschleimhaut, Zähnen, Zahnfleisch und Lippen, was Sie dagegen tun können und wie Ihnen unsere rezeptfreien Präparate dabei helfen können.

Alles Gute für Sie und Ihre Familie wünscht Ihnen



Dr. Stephan Travers
Geschäftsführender Gesellschafter



Ein Blick in den Mund

Zähne, Zahnhalteapparat und Mundschleimhaut bilden eine biologische Einheit. Nur wenn diese als Gesamtheit gut gepflegt werden, bleiben Zähne und Mundhöhle gesund. Anlass genug, sie genauer zu betrachten.

MUNDSCHLEIMHAUT – WIDERSTANDSKRÄFTIG UND EMPFINDSAM ZUGLEICH

Die gesunde Mundhöhle ist mit einer rötlichen Schleimhaut (Mucosa) ausgekleidet, welche sehr regenerationsfähig ist. Diese Eigenschaft benötigt sie, da sie sehr vielen unterschiedlichen mechanischen Reizen ausgesetzt ist: z.B. Kaubewegungen, Zähneputzen, als auch sauren und scharfen Speisen sowie Getränken.

Diese können winzige Verletzungen oder Entzündungen verursachen, welche häufig schmerzen oder stark bluten. Verantwortlich hierfür ist ein dichtes Netz an Blutgefäßen und sensiblen Nerven.

ZAHNFLEISCH – HALT UND SCHUTZ FÜR DIE ZÄHNE

Das Zahnfleisch (Gingiva) ist ein Teil der Mundschleimhaut. An den Zahnhälsen umschließt es die Zähne eng wie eine Manschette. Zudem schützt es den – beim gesunden Zahn nicht sichtbaren – Zahnhals sowie Teile des Zahnhalteapparats. Gesundes Zahnfleisch hat eine blassrosa Farbe, ist von fester Beschaffenheit und wenig schmerzempfindlich. Zudem sollte es bei normaler mechanischer Belastung, etwa beim Essen eines Apfels oder beim Zähneputzen, nicht bluten.

ZÄHNE – KOMPLEXE KAUWERKZEUGE

Der sichtbare Teil des Zahnes wird als Zahnkrone bezeichnet. Vom Zahnfleisch verdeckt wird der unterhalb der Zahnkrone liegende Zahnhals. Dieser bildet den Übergang von Zahnkrone zu Zahnwurzel. Die Zahnwurzel – je nach Zahn können es bis zu drei Wurzeln sein – verankert den Zahn fest im Kieferknochen.

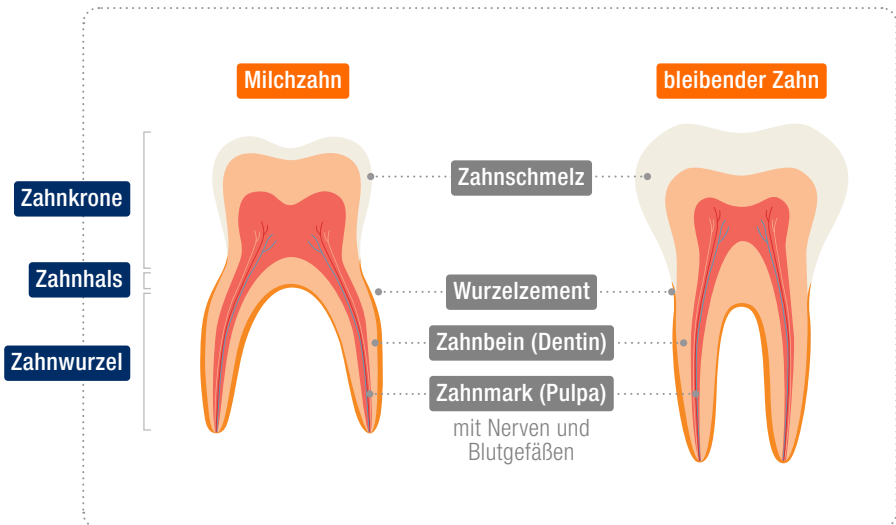
Die Oberfläche der Krone bildet eine Kappe aus Zahnschmelz, die dem Zahn seinen milchig-weißen Glanz verleiht. Diese Kappe ist bei Milchzähnen dünner als bei



den bleibenden Zähnen. Der Zahnhals und die Zahnwurzel sind mit einer knochenähnlichen Substanz überzogen, dem Wurzelzement. Dieser sorgt für die stabile Einbettung des Zahnes im Kieferknochen.

Überdeckt von Zahnschmelz und Wurzelzement liegt das Zahnbein (Dentin), welches wiederum das Zahnmark (Pulpa) umschließt. Das Zahnmark ist das einzige weiche Gewebe eines Zahnes. Es enthält Blutgefäße und hochsensible Nerven, weshalb ein Zahn schmerz- und temperaturempfindlich ist. Vor allem dann, wenn die darüberliegenden harten Schichten geschädigt sind – z. B. durch Karies.

▼ ABB. MILCHZAHN UND BLEIBENDER ZAHN



ZAHNSCHMELZ – EXTREM ROBUST, ABER SÄUREEMPFFINDLICH

Anders als es die Bezeichnung Zahnschmelz vermuten lässt, ist er das härteste Material des menschlichen Körpers. Dennoch ist der Zahnschmelz nicht unverwundlich. Er ist äußerst empfindlich gegenüber Säuren, wie sie von Kariesbakterien produziert werden und in einigen Nahrungsmitteln enthalten sind. Säuren entziehen dem Zahnschmelz härtende Mineralstoffe



(z.B. Kalzium). Bis zu einem gewissen Maß kann der Speichel, der unter anderem Kalzium enthält, solche Verluste ausgleichen.

Zahnschmelz besteht zu 95 % aus Hydroxylapatit (Dentin nur zu 70 %). Je mehr Fluorid in seinem Kristallgitter eingebaut ist, desto säurestabiler und weniger kariesanfällig ist der Zahnschmelz. Der Fluoridgehalt kann durch häusliche und zahnärztliche Fluoridierungs-Maßnahmen (s. Seite 23) erhöht werden.



Das Einmaleins der Zahnhygiene

Sorgfältiges Zähneputzen, mindestens zweimal täglich, ist unverzichtbar. Es ist die wichtigste Maßnahme, um Zahnbeläge und darin lebende schädliche Bakterien zu beseitigen.

SAUBERE ZÄHNE – SCHUTZ VOR KARIES UND ENTZÜNDUNGEN

Ein Zahn hat eine Vorder- und eine Rückseite sowie Kontaktflächen zu den Nachbarzähnen. Backenzähne haben zusätzlich eine Kaufläche. Beim Zähneputzen gilt, dass alle Flächen, auch die in den Zahnzwischenräumen, von Zahnbelägen (Plaques) gereinigt werden müssen. Geschieht dies nicht, bildet sich daraus harter Zahnstein, der nur mit speziellen zahnärztlichen Instrumenten entfernt werden kann, etwa im Rahmen einer professionellen Zahnreinigung (PZR, s. Seite 15). Zahnbelag und Zahnstein bergen ein hohes Risiko für Karies, Zahnfleischschwund und freiliegende Zahnhälse sowie Parodontitis.

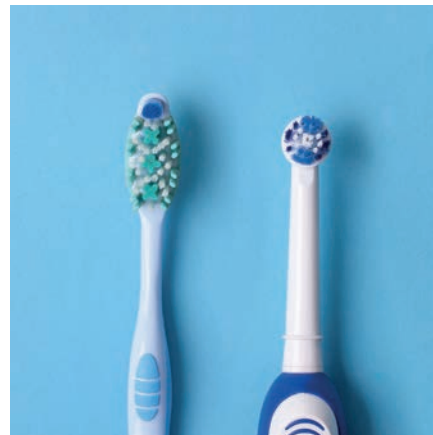
GRUNDWERKZEUG – HANDZAHNBÜRSTE ODER ELEKTRISCHE ZAHNBÜRSTE

Grundsätzlich gilt: Mit jeder Zahnbürste lassen sich gute Ergebnisse erzielen. Vorausgesetzt, die Putztechnik ist richtig und die Putzdauer ausreichend lang (mindestens zwei Minuten).

Handzahnbürsten sind nach wie vor sehr beliebt. Sie sind preisgünstig, benötigen keinen Strom und sind unterwegs leichtes Gepäck. Entscheidend für die Auswahl sind die Qualität und der Härtegrad der Borsten:

- Die Borsten sollten aus Kunststoff sein und abgerundete Spitzen haben. Naturborsten sind aus zahnmedizinischer Sicht ungeeignet.
- Mittelharte Borsten sind erste Wahl. Weiche Borsten schonen empfindliches Zahnfleisch, reinigen jedoch vergleichbar schwächer. Harte Borsten können auf Dauer Zahnfleisch und Zähnen mehr schaden als nutzen.

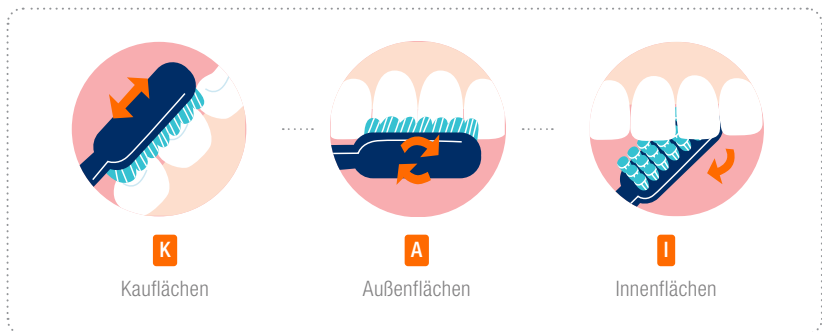
Für Menschen, die in ihren Handbewegungen eingeschränkt sind, gibt es spezielle Zahnbürsten. Sie haben einen besonders dicken Griff oder eine Art „Tennisball“ zum Festhalten.



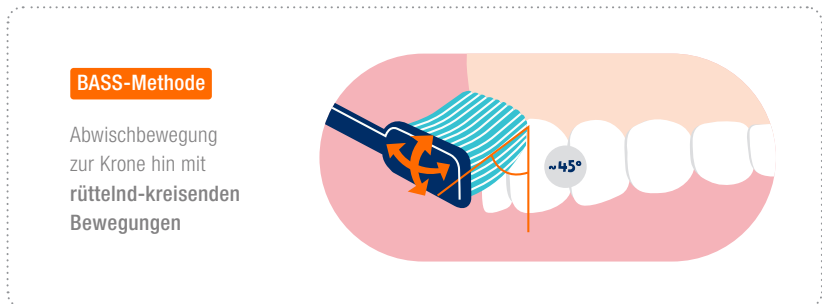
Die geeignete Putztechnik – wichtig für Handzahnbürsten

Wichtig für ein gutes Putzergebnis mit einer Handzahnbürste ist die Putztechnik. Kinder lernen das Zähneputzen nach der einfachen KAI-Methode, für Jugendliche und Erwachsene wird die etwas kompliziertere BASS-Methode empfohlen. Bei dieser werden mit der Zahnbürste kleine Rüttelbewegungen durchgeführt, um Zahnbeläge auch in Problemzonen zu lockern und zu entfernen. Zudem wird die Bürste teilweise schräg auf die Zahnflächen gesetzt.

▼ ABB. KAI-METHODE



▼ ABB. BASS-METHODE



Tipps zur korrekten Anwendung der BASS-Putztechnik gibt es in der Zahnarztpraxis, zum Beispiel im Rahmen einer professionellen Zahnreinigung. Dasselbe gilt für die Auswahl und korrekte Anwendung von Produkten zur Mund- und Zahnhygiene.



Elektrische Zahnbürsten arbeiten im Vergleich zu Handzahnbürsten schonender und effektiver, erreichen schwer zugängliche Stellen besser und können von Menschen mit Einschränkungen leichter benutzt werden. Es gibt zwei Arten:

1. Rotierende (oszillierende) Zahnbürsten haben einen kleinen, runden Bürstenkopf, der sich dreht und dabei die Richtung wechselt.
2. Schall- und Ultraschallzahnbürsten sind in der Regel mit einem größeren Bürstenkopf ausgestattet, der stark vibriert.

Die Anwendung einer elektrischen Zahnbürste erfolgt gemäß der dazugehörigen Gebrauchsanweisung.

Egal, ob elektrisch oder manuell: Der Austausch des Bürstenkopfes bzw. der Bürste sollte alle 3 Monate erfolgen.

SAUBERE ZAHNZWISCHENRÄUME – ZAHNSEIDE UND INTERDENTALBÜRSTEN

Die Zahnzwischenräume sind mit der Zahnbürste schwer oder gar nicht erreichbar. Deshalb müssen sie mittels Zahnseide von Speiseresten und Zahnbelag befreit werden – idealerweise im Rahmen des täglichen Zähneputzens am Abend. Zahnseide gibt es in verschiedenen Varianten, beispielsweise als Faden oder Flauschzahnseide (z. B. zur Reinigung unter festsitzenden Brücken), mit und ohne Beschichtung (Wachs, Teflon) sowie in verschiedenen Geschmacksrichtungen.

Sind die Abstände zwischen den Zähnen größer, bieten sich Zahnzwischenraumbürsten (Interdentalbürsten) an. Diese eignen sich auch für die Reinigung der Zwischenräume zwischen Brücke und Zahnfleisch. Entscheidend ist der Durchmesser des Bürstenköpfchens. Dieser muss auf die Größe des Zahnzwischenraums abgestimmt werden. Manchmal kann auch eine Kombination aus Zahnseide und Bürstchen sinnvoll sein.

ZAHNCREME – IHR GESCHMACK IST NEBENSACHE

Die Auswahl an Zahncremes ist riesig. Entscheidend ist nicht ihr Geschmack, sondern ihr Nutzen für Zähne und Zahnfleisch. Besondere Aufmerksamkeit gilt daher folgenden Inhaltsstoffen:

Fluorid: Dieser Inhaltsstoff ist unverzichtbar, weil er nachweislich vor Karies schützt.

Putzkörper: Sie reinigen die Zahnoberflächen mechanisch. Zahncremes für empfindliche Zähne und Zahnhälse enthalten wenig davon.

Tenside: Dies sind schäumende Stoffe, welche die mechanische Reinigung unterstützen. Sie binden Speisereste, wodurch sich diese beim Putzen leichter entfernen lassen.

MUNDSPÜLUNG – DAS NÜTZLICHE PLUS

Mundspülungen können das tägliche Zähneputzen nicht ersetzen, jedoch sinnvoll ergänzen. Es gibt sie als gebrauchsfertige Kosmetik-Produkte oder Konzentrate, aber auch als Arzneimittel zur Vorbeugung oder unterstützenden Therapie

von Erkrankungen in der Mundhöhle. Letztere sind in der Apotheke erhältlich (z.B. **DYNEXAN® ZAHNFLEISCHTROPFEN** (s. Seite 28) und **DYNEXIDIN® FORTE 0,2%** (s. Seite 31)). Für den täglichen Gebrauch und zur Vorbeugung von Karies eignen sich fluoridhaltige Mundspülungen, sofern sie mindestens 0,025% Fluorid enthalten.



TIPPS FÜR (WERDENDE) ELTERN

Das erste Zähnchen eines Babys wird mit großer Spannung erwartet, so wie sein erstes Wort und seine ersten Schritte. Trotzdem kann die Zeit des Zahnens betrüblich sein, weil das Baby Schmerzen erleidet und weinerlich ist.

Die Firma Kreussler Pharma bietet einen umfangreichen Elternratgeber an. Dieser enthält zahnmedizinisch aktuelle Informationen und wichtige Tipps, wie einem Kind der Durchbruch der ersten Zähnchen erleichtert werden kann (z.B. mit **DYNEXAN MUNDGEL®**) und diese von Beginn an richtig gepflegt werden. Auch der Nutzen der Fluoridierung von Milchzähnen, eine zahngesunde Ernährung im Kindesalter, der erste Besuch beim Zahnarzt und vieles mehr gehören zu den interessanten Inhalten.

Den kostenfreien Elternratgeber können Sie per Telefon ☎ 0611 9271 0 oder per E-Mail ✉ info@kreussler.com anfordern.





Zahnärztliche Prophylaxe

Regelmäßige Zahnarztbesuche sind unverzichtbar. Nur so können Karies und andere Erkrankungen des Zahnhalteapparates frühzeitig erkannt und behandelt werden. Zudem gibt es Prophylaxemaßnahmen, die nur in einer Zahnarztpraxis möglich sind.

ZUM ZAHNARZT – MINDESTENS EINMAL JÄHRLICH

Zähne, Zahnfleisch und Mundschleimhaut sollten mindestens einmal, idealerweise zweimal pro Jahr zahnärztlich begutachtet werden. Bei einem erhöhten Risiko für das Auftreten oder Fortschreiten einer Karies oder Parodontitis (z.B. bei einem Diabetes mellitus) sogar häufiger. Die zahnärztliche Vorsorge ist nicht nur für die Gesundheit der natürlichen Zähne wichtig, sondern auch für den Erhalt von Brücken und Implantaten sowie den Tragekomfort einer Teil- oder Vollprothese.



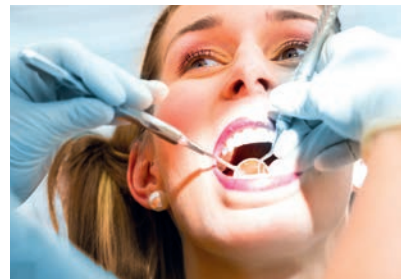
FRAGEN SIE IHRE KRANKENKASSE

Ein Bonusheft dokumentiert die regelmäßigen Kontrollbesuche beim Zahnarzt. Die gewissenhafte Pflege honorieren viele Kassen bei eventuell später notwendigem Zahnersatz mit höheren Erstattungsbeträgen.

PROFESSIONELLE ZAHNREINIGUNG (PZR) – ERGÄNZUNG ZUM ZÄHNEPUTZEN

Selbst bei sorgfältiger häuslicher Zahnpflege können Zahnbeläge und Zahnstein entstehen, insbesondere an schwer zugänglichen Stellen. In der Zahnarztpraxis können solche Beläge im Rahmen einer PZR entfernt werden.

Das senkt das Risiko für Karies, Zahnfleischentzündungen und Parodontitis. Meist führen speziell ausgebildete Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter die PZR in der Praxis durch. Eine PZR sollte ein- bis zweimal jährlich erfolgen, bei Bedarf auch häufiger. Nicht nur für die natürlichen Zähne ist sie wichtig. Sie kann auch die Lebensdauer von Kronen, Brücken und Implantaten verlängern.





Eine PZR dauert etwa eine Stunde, je nach Zustand des Gebisses auch mal kürzer oder länger: Harte und weiche Beläge, ebenso Verfärbungen durch Genussmittel (z. B. Kaffee, Nikotin) werden schonend entfernt. Danach werden die Zähne poliert, um ihre Oberflächen zu glätten, und abschließend mit einem Gel oder Lack fluoridiert. Bei Bedarf erhalten die Patienten Tipps für die richtige Zahnpflege zu Hause.



FRAGEN SIE IHRE KRANKENKASSE

Manche Krankenkassen erstatten oder bezuschussen die PZR. Nachfragen lohnt sich!



FRAGEN SIE IHREN ZAHNARZT

DYNEXAN MUNDGEL® (Wirkstoff: Lidocain) in der Zylinderampulle ist die sanfte Anästhesie bei der PZR. Das oberflächlich wirkende Gel wird vor der Behandlung mit einer stumpfen Kanüle am Zahnfleischrand appliziert. Fragen Sie Ihren Zahnarzt nach der Taschenanästhesie ohne Einstichschmerz mit **DYNEXAN MUNDGEL®**.



Zahngesund essen und trinken

Eine ausgewogene Mischkost tut Mund und Zähnen gut. Hierzu gehören reichlich Vollkornprodukte, frisches Obst und Gemüse sowie Milchprodukte. Große Vorsicht gilt bei zucker- und säurehaltigen Speisen und Getränken.

KAUEN – FITNESS FÜR DIE ZÄHNE

Möhren, Kohlrabi und andere feste Gemüsesorten, im rohen Zustand verzehrt, eignen sich gut als zahnfreundliche Zwischenmahlzeiten. Sie enthalten kaum Zucker und tragen beim Kauen zur mechanischen Reinigung der Zähne bei. Zugleich kommt die Produktion von Speichel in Gang. Dieser versorgt den Zahnschmelz mit härtenden Mineralstoffen (z. B. Kalzium). Auch Vollkornprodukte und Nüsse regen zum gründlichen Kauen an und tragen so zu einer zahnfreundlichen Ernährung bei.

ZUCKER – EIN HAUPTFEIND DER ZÄHNE

Aus Zucker, auch in Form von Trauben- und Fruchtzucker, bilden bestimmte Mundbakterien Säuren, die den Zahnschmelz angreifen und Karies verursachen können. Zudem sind zuckerhaltige Lebensmittel klebrig und haften gut an den Zahnoberflächen, was den säurebildenden Bakterien entgegenkommt. Deshalb ist es sinnvoll, den Verzehr von Süßem zu begrenzen und sich im Anschluss die Zähne zu putzen. Dies gilt nicht nur für Naschereien, sondern auch für Honig, Bananen und Trockenfrüchte.

Wer gern zu Süßem greift, sollte auf zahnfreundliche Alternativen achten – erkennbar am „weißen Zahnmännchen auf rotem Grund“. Diese enthalten Süßungsmittel (z. B. Xylit), die von den Kariesbakterien nicht in Säuren umgewandelt werden können. Das Zahnmännchen-Logo darf ein Lebensmittel nur tragen, wenn es strenge wissenschaftliche Tests bestanden hat und nachweislich keine Karies erzeugt.



GUT ZU WISSEN

Entscheidend für das Auftreten von Karies ist nicht die Menge an Zucker, sondern wie häufig die Zähne mit Zucker in Kontakt kommen. Die Anzahl der täglichen „Zuckerimpulse“ sollte so gering wie möglich sein. Deshalb ist es zahngesünder, einmal am Tag großzügig zu naschen, als in winzigen Häppchen über den Tag verteilt. Zuckerhaltige Durstlöscher sollten gemieden werden.



SÄUREREICHE SPEISEN UND GETRÄNKE – MIT VORSICHT GENIEßEN

Nicht nur von Kariesbakterien gebildete Säuren greifen den Zahnschmelz an, ebenso säurehaltige Speisen und Getränke. Hierzu gehören Limonaden, Cola und rote Fruchtttees (auch wenn ungezuckert!). Damit diese den Zähnen nicht schaden, empfiehlt es sich, unmittelbar nach dem Verzehr mit einem fluoridhaltigen Mundwasser zu spülen. Gegenüber dem Zähneputzen vermeidet man hierbei den mechanischen Abrieb durch die Putzkörper in der Zahncreme oder die Zahnbürste.



Erkrankungen von Mund und Zähnen

Erkrankungen der Zähne fördern Erkrankungen von Zahnfleisch und Zahnhalteapparat. Erkranktes Zahnfleisch oder ein geschädigter Zahnhalteapparat wiederum sind ein Risiko für die Zähne. Im Zentrum dieses Wechselspiels stehen Bakterien, die im Zahnbelag (Plaque) und Zahnstein leben.

Karies

Die „Zahnfäule“ ist eine Erkrankung der Zähne, die durch Bakterien im Zahnbelag (Plaques), übermäßigen Zuckerkonsum und mangelnde Mundhygiene entsteht.

KARIESBAKTERIEN – ZUCKER HÄLT SIE AM LEBEN

Bakterien ernähren sich von Zucker und produzieren daraus zahnschädigende Säuren. Steht den Bakterien reichlich Zucker zur Verfügung (z. B. in Form von Naschereien), können sie sich gut vermehren und die Säureproduktion erhöhen. Wird ihr Lebensraum, der Zahnbelag, nicht regelmäßig entfernt, haben Kariesbakterien ein perfektes Dasein.



GUT ZU WISSEN

Zahnbelag (Plaque) ist eine zähe Masse aus Nahrungsresten, Mundbakterien und Speichelbestandteilen. Er bildet sich sehr schnell und lässt sich nur mechanisch entfernen. Bereits nach eintägigem Auslassen des Zähneputzens wird er als weiße Masse an und zwischen den Zähnen sichtbar.

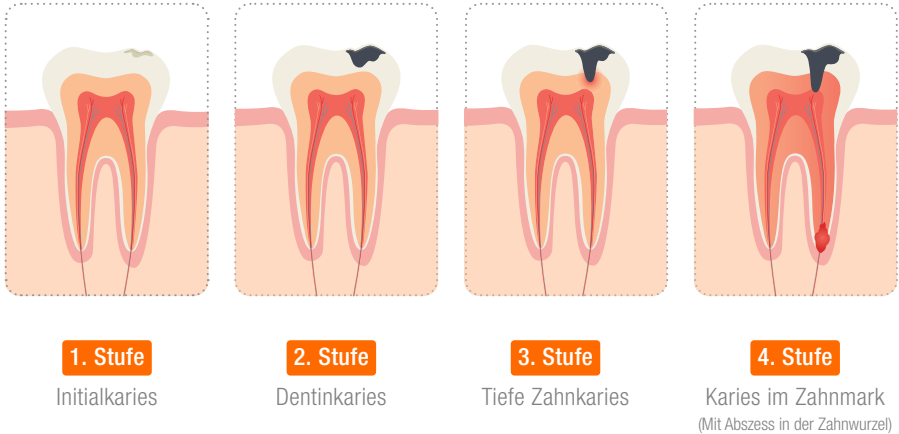


▲ Zahnbelag



▲ Karies

▼ ABB. KARIESVERLAUF



UNBEHANDELTE KARIES – EIN VERLAUF IN VIER STUFEN

1. Stufe // Initialkaries: Weißliche Flecken, „White Spots“ genannt, zeigen sich auf der Zahnoberfläche. Sie entstehen, weil Säuren Mineralien (z. B. Kalzium) aus dem Zahnschmelz herauslösen. Initialkaries kann durch Fluoridierungsmaßnahmen aufgehalten werden.

..... ▼

2. Stufe // Dentinkaries: Die weißlichen Flecken nehmen eine gelbliche bis bräunliche Farbe an, weil sich Farbstoffe aus Lebensmitteln, etwa aus Tee und Kaffee, einlagern.

..... ▼

3. Stufe // Tiefe Zahnkaries: Die Karies dringt in das Zahnbein (Dentin) ein, wodurch dunkel gefärbte Löcher entstehen. Eine Folge sind Zahnschmerzen, die beim Kontakt mit Heißem, Kaltem und Süßem auftreten.

..... ▼

4. Stufe // Karies im Zahnmark: Die Karies erreicht das empfindliche Zahnmark (Pulpa) und der Zahnschmerz tritt dauerhaft auf. Klingt er nach einiger Zeit von allein ab, weist dies auf die Zerstörung des Zahnmarks hin („toter Nerv“).



Fluorid – Kariesschutzschild für die Zähne

Fluorid macht den Zahnschmelz widerstandsfähiger gegenüber Karies. Am wirksamsten ist Fluorid, wenn es direkt auf den Zahnschmelz aufgetragen wird.

FLUORID BILDET EINE SCHUTZSCHICHT UND SCHÜTZT VOR KARIES

Der ansonsten robuste Zahnschmelz ist äußerst empfindlich gegenüber Säuren. Diese verursachen Karies, weil sie dem Zahnschmelz den Mineralstoff Kalzium entziehen und er dadurch an Härte verliert. Fluorid behindert diesen Prozess, indem es mit dem Kalzium im Speichel eine Kalziumfluorid-Schutzschicht bildet, die sich direkt auf den Zahnschmelz legt. Voraussetzung hierfür ist, dass das Fluorid direkten Kontakt mit dem Zahnschmelz hat, z. B. in Form von fluoridhaltigen Zahncremes, Gelées oder Lacken.

Die Kalziumfluorid-Schutzschicht wirkt doppelt:

1. Bei Kontakt mit Säuren greifen diese zuerst die Schutzschicht an und nicht den Zahnschmelz. Die täglichen Angriffe der Säuren auf den Zahnschmelz (**Demineralisation**) werden dadurch behindert.
2. Die Schutzschicht wirkt für den Zahnschmelz wie ein Depot aus Kalzium und Fluorid. Das Fluorid unterstützt den Einbau von Kalzium in den Zahnschmelz (**Remineralisation**). Dadurch werden die Härte und Widerstandskraft des Zahnschmelzes erhöht.

▼ ABB. ERHÖHTER KARIESSCHUTZ DURCH KALZIUMFLUORID-SCHUTZSCHICHT



FLUORIDHALTIGE GELÉES UND LACKE

Bei erhöhtem Kariesrisiko können im Rahmen einer zahnärztlichen Behandlung hochkonzentrierte Fluoridlacke oder -gelées eingesetzt werden: je nach Bedarf zweimal jährlich oder häufiger.

Einige Fluoridgelées (rezeptfrei in der Apotheke) sind niedriger dosiert als vom Zahnarzt angewandte Fluoridlacke und daher für den häuslichen Gebrauch geeignet: z. B. **DYNEXAMINFLUORID GELÉE** für Kinder ab 6 Jahren. Das Gelée enthält neben Natriumfluorid auch die Aminfluoride Olaflur und Dectaflur. Für Aminfluoride ist wissenschaftlich belegt, dass sie besonders intensiv

und lange am Zahnschmelz haften. Dadurch bildet sich eine wirksame Schutzschicht, die einen nachweislich guten Kariesschutz bewirkt. Die Anwendung von **DYNEXAMINFLUORID GELÉE** erfolgt einmal wöchentlich. Idealerweise abends vor dem Schlafengehen, damit sich die Kalziumfluorid-Schutzschicht ungestört ausbilden kann. Hierzu wird eine etwa kirschkernegroße Menge* mit der Zahnbürste auf den Zähnen oder den Zahnhälsen aufgetragen und nach kurzer Einwirkzeit mit Wasser ausgespült. Die Gesamtdauer der Anwendung (Putz- und Einwirkzeit) darf fünf Minuten nicht überschreiten.

* ca. 1,5 cm Dentalgelstrang, entsprechend 6,25 mg Fluorid



Anwendungsgebiete

Die Anwendungsgebiete von **DYNEXAMINFLUORID GELÉE** (anwendbar ab 6 Jahren) sind:

- Kariesprophylaxe, insbesondere bei Kindern, Jugendlichen sowie Patienten mit Zahnspangen, anderen kieferorthopädischen Apparaten sowie Teilprothesen.
- Unterstützende Behandlung von Initialkaries (beginnende Karies).
- Behandlung überempfindlicher (freiliegender) Zahnhälsen.

Freiliegende Zahnhälsen

Normalerweise sind die Zahnhälsen von Zahnfleisch bedeckt. Bildet sich dieses zurück, werden die Zahnhälsen sichtbar und durch den fehlenden Schutz des Zahnfleisches auch schmerzempfindlich.

SICHTBARE ZAHNHÄLSE – NICHT NUR OPTISCH STÖREND

Zahnfleischschwund (Gingivarezession) führt dazu, dass die Zähne aufgrund der sichtbaren Zahnhälsen optisch verlängert werden und ästhetisch unschön aussehen.

Freiliegende Zahnhälsen sind jedoch weit mehr als ein kosmetisches Problem. Im Gegensatz zu den Zahnkronen sind sie nicht von schützendem Zahnschmelz umgeben, daher reagieren sie nach Rückgang des Zahnfleisches überempfindlich auf Kälte, Wärme und andere Schmerzreize, und werden anfällig gegenüber Karies.

Zahnfleischschwund und freiliegende Zahnhälsen erfordern immer einen Zahnarztbesuch, um die Ursachen abklären zu lassen (z. B. Parodontitis oder fehlerhaftes Zähneputzen).



► Kalziumfluorid-Schutzschicht
zum Schutz der Zahnhälsen

FLUORIDIERUNG SCHÜTZT

Für empfindliche Zahnhälsen gibt es spezielle fluoridhaltige Zahncremes. Zusätzlich kann einmal wöchentlich ein Fluoridgelée vorsichtig auf die Zahnhälsen aufgetragen werden (z. B. **DYNEXAMINFLUORID GELÉE**). Zum Senken des Kariesrisikos können Zahnärzte zudem die Zahnhälsen mit einem Fluorid-Lack versiegeln.

Zahnfleischbluten und Gingivitis

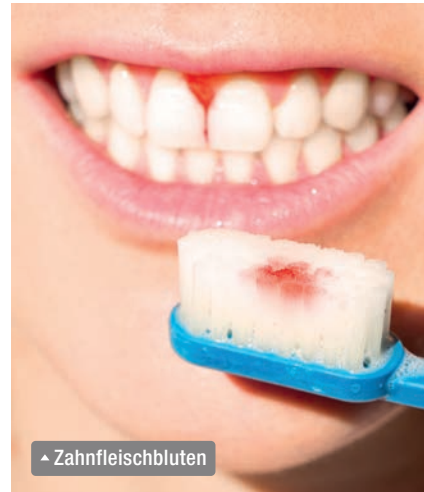
Blutet das Zahnfleisch häufig, weist dies auf eine Zahnfleischartzündung (Gingivitis) hin.

ZAHNFLEISCHBLUTEN – EIN ERNSTZUNEHMENDES SIGNAL

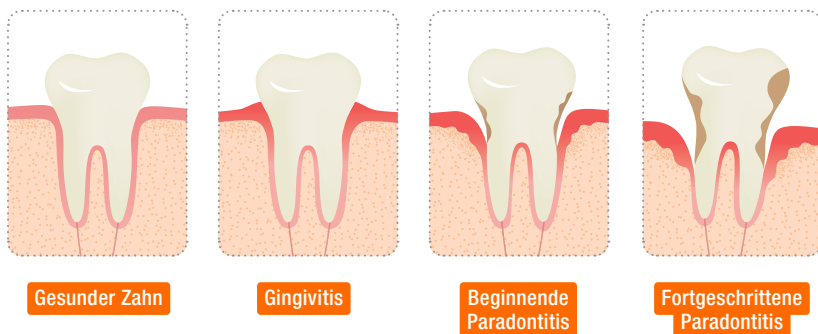
Nicht immer besteht Grund zur Sorge, wenn das Zahnfleisch blutet. Zum Beispiel, wenn es durch den ungeschickten Umgang mit Zahnseide verletzt wurde. Blutet es hingegen bei alltäglichen Belastungen (z. B. beim Zähneputzen oder einem Biss in einen Apfel) und das immer häufiger, ist ein Zahnarztbesuch erforderlich. Die Ursache kann eine Zahnfleischartzündung (Gingivitis) sein, die unbehandelt meist zu einer Parodontitis (Entzündung des Zahnhalteapparates) führt.

Auslöser für eine Gingivitis sind in Zahnbelägen und Zahnstein lebende Bakterien, deren Stoffwechsel-Produkte im Zahnfleisch Entzündungsprozesse verursachen. Symptome sind neben der hohen Blutungsneigung auch Rötungen und Schwellungen. Schmerzen oder Mundgeruch können ebenfalls auftreten.

Unverzichtbare Bestandteile der Behandlung (und Prophylaxe) einer Zahnfleischartzündung sind regelmäßige professionelle Zahnreinigungen sowie eine konsequente häusliche Mund- und Zahnhygiene. Werden Zahnbeläge und Zahnstein entfernt, verlieren die Gingivitis-Erreger ihren Lebensraum.



▼ ABB. ENTSTEHUNG DER GINGIVITIS UND PARODONTITIS



DYNEXAN® ZAHNFLEISCHTROPFEN – REZEPTFREI AUS DER APOTHEKE

Der Wirkstoff Aluminiumtriformiat wirkt adstringierend. Das bedeutet, dass sich die Schleimhaut nach der Anwendung zusammenzieht und strafft. Kleine Blutungen können dadurch schneller abklingen.



Anwendung

DYNEXAN® ZAHNFLEISCHTROPFEN (anwendbar ab 12 Jahren) ist ein Konzentrat, von dem 10–30 Tropfen in ein Glas Wasser gegeben werden. Die so hergestellte Lösung eignet sich zum Gurgeln, Spülen sowie Betupfen der betroffenen Stellen. Die Anwendung sollte mehrmals täglich nach den Mahlzeiten und dem Zähneputzen erfolgen. Halten die Beschwerden dennoch länger als eine Woche an, sind sie Anlass für einen Zahnarztbesuch.

Parodontitis

Die Parodontitis ist eine Entzündung des Zahnhalteapparats. Sie entwickelt sich häufig unbemerkt und kann unbehandelt zum Zahnverlust führen.

PARODONTITIS – DIE FOLGE EINER ZAHNFLEISCHENTZÜNDUNG

Die Entzündung des Zahnhalteapparates ist eine der häufigsten Ursachen für Zahnverlust. Da sie sich meist aus einer Zahnfleischentzündung (Gingivitis) entwickelt, hat sie dieselbe Ursache: Bakterien in Zahnbelägen und Zahnstein. Bleibt eine Gingivitis unbehandelt, weitet sich die Entzündungsreaktion vom Zahnfleisch auf den Zahnhalteapparat aus.

Häufig verursacht eine Parodontitis keine Schmerzen – gerade im Anfangsstadium. Daher wird sie von den Betroffenen oft erst dann bemerkt, wenn sie durch den deutlichen Rückgang des Zahnfleisches, freiliegende Zahnhälse und/oder wackelige Zähne sichtbar geworden ist. Ein Grund mehr, die Symptome einer Gingivitis (z. B. Zahnfleischbluten) ernst zu nehmen und diese zahnärztlich behandeln zu lassen. Zudem tragen regelmäßige Zahnarztbesuche zur Parodontitis-Früherkennung und einem frühzeitigen Therapiebeginn bei.

EIN WECHSELSPIEL – PARODONTITIS UND DIABETES MELLITUS

Am Beispiel des Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit) zeigt sich, dass eine Parodontitis nicht nur die Mund- und Zahngesundheit beeinträchtigt, sondern zugleich Auswirkungen auf die Allgemeingesundheit haben kann. Diabetiker, deren Blutzucker schlecht eingestellt ist, haben ein erhöhtes Risiko für das Auftreten und Fortschreiten einer Parodontitis. Umgekehrt erhöhen deren Entzündungsprozesse den Blutzucker, was die Therapie des Diabetes erschwert. Dieses Wechselspiel macht deutlich, warum Diabetiker ihre Diabetes-Therapie und Zahnarztbesuche sehr ernst nehmen müssen. Zudem leiden viele Diabetiker unter Mundtrockenheit. Die reduzierte Menge an Speichel beeinträchtigt zusätzlich die Zahn- und Mundgesundheit.



FRAGEN SIE IHRE KRANKENKASSE

Seit 1. Juli 2021 gibt es eine zahnärztliche Richtlinie, wonach gesetzliche Krankenversicherungen die Kosten für diagnostische und individuelle therapeutische Maßnahmen bei einer Parodontitis übernehmen.

BEHANDLUNGSZIEL – ENTZÜNDUNGSPROZESSE STOPPEN

Wie bei der Zahnfleischartzündung bestimmen bei einer Parodontitis die sorgfältige häusliche Zahnpflege und regelmäßige professionelle Zahnreinigungen den Therapieerfolg. Die Zahnfleischtaschen werden zahnärztlich rein mechanisch von bakteriellen Belägen befreit oder chirurgisch behandelt. Ergänzend können antibakterielle Mundspülungen, zum Beispiel mit dem Wirkstoff Chlorhexidin, sinnvoll sein.

RISIKOFAKTOREN FÜR EINE GINGIVITIS/PARODONTITIS:

- Unzureichende Mundhygiene
- Rauchen
- Stress
- Hormonelle Veränderungen (z. B. Schwangerschaft, Wechseljahre)
- Unzureichend eingestellter Diabetes mellitus
- Mangel- bzw. Fehlernährung sowie Übergewicht (BMI >30)



DYNEXIDIN® FORTE 0,2 % – REZEPTFREI AUS DER APOTHEKE

Der antibakterielle Wirkstoff Chlorhexidin in **DYNEXIDIN® FORTE 0,2 %** ist Goldstandard, wenn es um die Prophylaxe und Therapie bakterieller Entzündungen geht. Die gebrauchsfertige Mundspül-lösung (anwendbar ab 2 Jahren) wird zwei- bis dreimal täglich nach den Mahlzeiten oder dem Zähneputzen angewendet. Gespült wird mit mindestens zehn Millilitern ungefähr eine Minute lang. Danach wird **DYNEXIDIN® FORTE 0,2 %** ausgespuckt, ohne mit Wasser nachzuspülen. Die Behandlungsdauer, ohne zahnärztliche Rücksprache, ist auf sechs Wochen begrenzt.

DYNEXIDIN® FORTE 0,2 % schmeckt angenehm nach Minze, ist frei von Alkohol, Zucker, Gluten, Laktose und Farbstoffen.

Anwendungsgebiete

- Zur Verminderung der Bakterienzahl in der Mundhöhle
- Als unterstützende Behandlung zur mechanischen Reinigung bei bakteriellen Entzündungen des Zahnfleisches (Gingivitis) und der Mundschleimhaut
- Zur häuslichen Nachsorge, z. B. nach parodontal-chirurgischen Eingriffen am Zahnhalteapparat
- Zur Plaque-Hemmung bei eingeschränkter Mundhygienefähigkeit

Mundtrockenheit

Die Ursachen von Mundtrockenheit sind ebenso vielfältig wie deren Folgen für die Gesundheit von Mundschleimhaut und Zähnen. Speichel hat wichtige Reinigungs- und Schutzfunktionen.

ZU WENIG SPEICHEL – EIN UNTERSCHÄTZTES PROBLEM

Mundtrockenheit (Xerostomie) kann das Kauen, Schlucken und Sprechen einschränken, die Mundwinkel rissig machen, Entzündungen von Mundschleimhaut und Zahnfleisch fördern, zu Mundgeruch führen und das Kariesrisiko erhöhen. Speichel spült krankmachende Keime von der Mundschleimhaut und Speisereste von den Zähnen. Er hält die Schleimhaut feucht, damit diese keine Mikrorisse bekommt, die wiederum Eintrittspforten für Entzündungserreger sind. Zudem neutralisiert Speichel zahnschädigende Säuren und versorgt den Zahnschmelz mit härtenden Mineralstoffen, vor allem mit Kalzium.

Es gibt viele Auslöser von Mundtrockenheit. An erster Stelle stehen ein hohes Lebensalter sowie zahlreiche Medikamente, beispielsweise Mittel gegen Depressionen, Allergien, Herzkrankheiten, Bluthochdruck und Schlafstörungen. Auch chronische Krankheiten (z. B. Diabetes mellitus, Sjögren-Syndrom), Hormonveränderungen (z. B. Wechseljahre) oder eine Strahlentherapie im Kopf-Hals-Bereich können den Speichelfluss mindern.

DAS HILFT BEI MUNDTROCKENHEIT

- Reichlich trinken, am besten in kleinen Mengen über den Tag verteilt, damit die Mundschleimhaut immer wieder befeuchtet wird. Geeignet dafür sind stilles Wasser und ungesüßte Kräutertees, mit denen auch der Mund mehrmals täglich gespült werden kann.
- Das Kauen von zahnfreundlichen Kaugummis lässt mehr Speichel fließen, ebenso das Lutschen von zahnfreundlichen Bonbons.
- Für starke Mundtrockenheit gibt es Spezialprodukte in Form von Mundgelen, -sprays und -spülungen sowie Speichelersatzlösungen.



Wer unter Mundtrockenheit leidet, sollte seine tägliche Mund- und Zahnhygiene sowie regelmäßige Zahnarztbesuche mit professionellen Zahnreinigungen (PZR) (s. Seite 15) besonders ernst nehmen. Wichtig ist auch eine gute Fluoridierung der Zähne, zum Beispiel mit **DYNEXAMINFLUORID GELÉE**. Besteht eine erhöhte Entzündungs- und Blutungsneigung von Mundschleimhaut und Zahnfleisch, können **DYNEXAN® ZAHNFLEISCHTROPFEN** helfen.

Mundgeruch

Tritt trotz sorgfältiger Mund- und Zahnhygiene Mundgeruch dauerhaft auf, sollte er Anlass für einen Zahnarztbesuch sein. Die Ursachen sind vielfältig, meistens im Mundraum zu finden und unkompliziert behandelbar.

MUNDGERUCH – VERMEIDBAR UND BEHANDELBAR

Mundgeruch und schlechter Atem sind unangenehm, in bestimmten Situationen normal und bald vorüber. Zum Beispiel morgens vor dem Zähneputzen, nach dem Genuss bestimmter Lebensmittel (z. B. Knoblauch, Zwiebeln) sowie nach Alkohol- oder Nikotinkonsum.

Ist Mundgeruch (Halitosis) jedoch dauerhaft vorhanden und mit sorgfältiger häuslicher Zahn- und Mundhygiene nicht zu beseitigen, können andere Ursachen dahinter stecken: z. B. Karies, Gingivitis, Parodontitis, Mundtrockenheit oder Zungenbeläge, aber auch eine unzulängliche Prothesenpflege oder Wunden und Entzündungen im Mundraum. Die Ursachen von Mundgeruch können auch außerhalb der Mundhöhle liegen, etwa bei bestimmten Erkrankungen des Magen-Darm-Trakts, der Atemwege, der Leber oder der Niere. Daher ist der Gang zum Arzt/Zahnarzt bei Mundgeruch immer zu empfehlen.



MUNDGERUCH – MIT SPEZIELLEN TESTS MESSBAR

Erste Anlaufstelle bei Mundgeruch ist die Zahnarztpraxis. Dort kann den meisten Patienten geholfen werden. Entweder durch eine zahnmedizinische Behandlung und/oder eine professionelle Zahnreinigung. Auch gibt es in der Zahnarztpraxis spezielle Tests, die Mundgeruch messen können. Bei Verdacht auf Ursachen außerhalb der Mundhöhle werden Zahnärzte auf den Besuch einer entsprechenden Facharztpraxis verweisen.



GUT ZU WISSEN

Sind Zungenbeläge für Mundgeruch verantwortlich, lassen sich diese in der Zahnarztpraxis professionell beseitigen. Zusätzlich hilft eine zweimal tägliche häusliche Zungenreinigung im Anschluss an das Zähneputzen. Hierfür gibt es spezielle Zungenbürsten und Zungenschaber.



REZEPTFREI AUS DER APOTHEKE

Liegt dem Mundgeruch eine bakterielle Über- oder Fehlbesiedelung zugrunde, können antiseptische Mundspülungen sowie ergänzend Sprühlösungen helfen. Sie können zahnärztliche Maßnahmen und die häusliche Mund- und Zahnhygiene unterstützen, jedoch nicht ersetzen. Empfehlenswert sind **DYNEXIDIN® FORTE 0,2 %** (Wirkstoff: Chlorhexidin) sowie **DEQUONAL®** (Wirkstoffe: Dequalinium- und Benzalkoniumchlorid).

DEQUONAL® gibt es als Gurgel- und Sprühlösung. Beides sind gebrauchsfertige Lösungen und anwendbar ab dem Alter von 2 Jahren. Mit der Gurgellösung wird morgens und abends nach dem Essen die Mundhöhle gespült. Die Sprühlösung wird alle zwei Stunden – in schweren Fällen häufiger – drei- bis fünfmal auf die betroffenen Stellen gesprüht (bei angehaltenem Atem).

DEQUONAL® wirkt nicht nur gegen ein breites Spektrum an Bakterien, sondern hat auch antivirale und antifungizide Eigenschaften^{1,2,3,4}. Es ist frei von Zucker, Gluten, Laktose und Farbstoffen.

Anwendungsgebiete

- Zur zeitweiligen Anwendung bei Mundgeruch (soweit durch Keimbildung in der Mundhöhle verursacht).
- Zur unterstützenden zeitweiligen Behandlung bei Entzündungen der Mundschleimhaut.

Aphthen

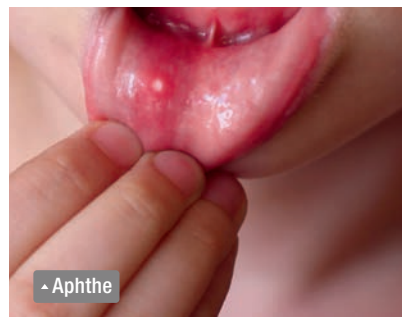
Aphthen treten plötzlich auf, sind zumeist nur linsengroß und nach spätestens zwei Wochen wieder abgeheilt. Sie sind in der Regel harmlos, aber sehr schmerzhaft.

APHTHEN – PLÖTZLICH DA UND QUÄLEND

Sie treten aus dem Nichts heraus auf und fühlen sich mit der Zunge an wie kleine, pralle Bläschen. Besonders in den ersten Tagen können sie sehr schmerzhaft sein. Schon kleinste Kaubewegungen und das Sprechen werden dadurch zur Qual. Die hohe Schmerzempfindlichkeit ist erklärbar. Aphthen bilden einen kleinen Krater in der Mund- oder Zungenschleimhaut, wo sich ein dichtes Netz sensibler Nerven befindet.

Die genauen Ursachen für Aphthen, unter denen viele Menschen mehr oder weniger häufig leiden, sind bisher unbekannt. Fest steht, dass Aphthen nicht ansteckend sind. Es gibt Hinweise darauf, dass bestimmte Einflüsse ihr Auftreten begünstigen, aber nicht müssen. Hierzu gehören z.B. Stress, Vitaminmangel, kleine Verletzungen im Mund oder bestimmte Nahrungsmittelunverträglichkeiten.

Tabu bei Aphthen sind scharfe, saure und sehr heiße Speisen oder Getränke. Sie reizen die Mundschleimhaut und somit auch die Aphthen. Die Schmerzen nehmen zu und das Abheilen wird verzögert.





REZEPTFREI AUS DER APOTHEKE

Mit **DYNEXAN MUNDGEL®** (Wirkstoff: Lidocain) lassen sich die schmerzenden Aphthen binnen weniger Sekunden örtlich betäuben. Empfehlenswert ist das punktgenaue Auftragen des Mundgels mit einem Wattestäbchen. Damit das Mundgel gut haften bleibt, sollte die betroffene Stelle vorher sanft trockengetupft werden.

Anwendungsgebiete

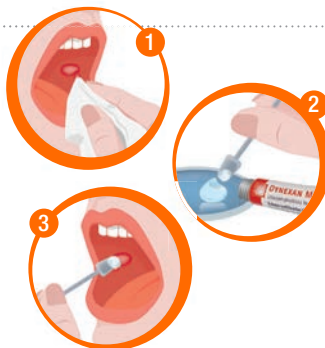
Schmerzen an Mundschleimhaut, Zahnfleisch und Lippen bei:

- Aphthen
- Verbrennungen und Verletzungen
- Wund- und Druckbeschwerden, z. B. durch Prothesen oder Zahnsparangen
- Durchbruch der Weisheitszähne
- zahnärztlichen Eingriffen



TIPP

- 1 Wundstelle trocken tupfen.
- 2 **DYNEXAN MUNDGEL®** auf das Wattestäbchen auftragen.
- 3 **DYNEXAN MUNDGEL®** auf Wundstelle applizieren.



DYNEXAN MUNDGEL® ist frei von Alkohol, Gluten und Farbstoffen wie Titandioxid. Ebenso enthält es keinen Zucker oder Laktose. Es enthält auch keine Bestandteile aus Kamille oder Ringelblume.



Verletzungen und Verbrennungen

Eine kleine Unachtsamkeit und schon ist es passiert: ein hastiger Biss in etwas Knuspriges oder das zu heiße Pizzastück. Unangenehme Schmerzen sind die Folge, und die Freude am weiteren Essen ist verdorben.

WUNDER MUND – SCHNELLER PASSIERT ALS GEDACHT

Kleine Verletzungen von Mundschleimhaut und Zahnfleisch sind häufig. Bekannte Auslöser sind kantige Zahnfüllungen, schlecht sitzender Zahnersatz, eine kaputte Zahnspange oder auch zu grobes Zähneputzen. Auch kleine Verbrennungen beim Essen und Trinken sind schnell passiert: das Abschmecken während des Kochens oder der hastige Schluck vom Frühstückskaffee.

Ist die Mundschleimhaut ansonsten gesund, erholt sie sich rasch von kleineren Verletzungen oder Verbrennungen. Jedoch können bis dahin die betroffenen Stellen unangenehm weh tun.

Lassen sich die Auslöser nicht selbst beseitigen, ist ein Zahnarztbesuch erforderlich.



REZEPTFREI AUS DER APOTHEKE

Rasch wirksam ist **DYNEXAN MUNDGEL®** wegen des Wirkstoffs Lidocain. Auf die schmerzende Stelle aufgetragen, hilft es binnen 60 Sekunden⁸. Da **DYNEXAN MUNDGEL®** ein Lokalanästhetikum (lokal = örtlich, Anästhetikum = Betäubungsmittel) ist, wirkt es im Gegensatz zu Schmerztabletten am Ort des Geschehens und ist daher sehr gut verträglich.

Die Wirksamkeit und Verträglichkeit von **DYNEXAN MUNDGEL®** bei Säuglingen ist in klinischen Studien belegt⁵. Der Wirkstoff Lidocain steht auf der Liste der unentbehrlichen Arzneimittel der Weltgesundheitsorganisation (WHO)⁷.



FRAGEN SIE IHREN APOTHEKER

DYNEXAN MUNDGEL® ist nicht nur binnen Sekunden wirksam und zugleich gut verträglich^{5,8}, es darf sogar bei Babys angewandt werden, z. B. beim Durchbruch der ersten Zähnnchen.

Lippenherpes

Die typischen Lippenbläschen können zu jeder Zeit auftreten und das immer wieder. Auslöser ist das Herpes-simplex-Virus. Es „schläft“ lebenslang im Körper und kann jederzeit aktiviert werden.

HERPESBLÄSCHEN – STÖREND UND SCHMERZHAFT

Ein Lippenherpes (Herpes labialis) kündigt sich mit Kribbeln, Jucken und Spannungsgefühl an. Schon wenige Stunden später erscheinen Bläschen, die sehr schmerzhaft sein können und mit klarer, hochinfektiöser Flüssigkeit gefüllt sind.

Auslöser ist eine vorübergehende Schwäche des Immunsystems, etwa bei Stress oder Schlafmangel, einem Infekt (daher auch der Name „Fieberbläschen“), starker Sonneneinstrahlung oder Ekel. Nach zwei bis drei Tagen verkrustet das Bläschen und kann beim Sprechen, Lachen oder Essen schmerzhaft und blutend einreißen. Bis ein Lippenherpes abgeheilt ist, dauert es etwa 10 bis 14 Tage.



GUT ZU WISSEN

Lippenherpes ist hochansteckend. Betroffene sollten keinesfalls andere Familienmitglieder küssen oder mit ihnen Gläser oder Besteck teilen.

▲ Lippenherpes



REZEPTFREI AUS DER APOTHEKE



DYNEXAN HERPESCREME® (Wirkstoff: Aciclovir) ist eine rasche und bewährte Hilfe. Wird die Herpescreme gleich beim ersten Kribbeln aufgetragen, kann sie die Virusvermehrung und das Entstehen der Lippenbläschen hemmen. Empfehlenswert ist das Auftragen der Creme mithilfe eines Wattestäbchens, das nach jedem Gebrauch entsorgt wird (Ansteckungsgefahr!).

Wer oft unter einem Lippenherpes leidet, sollte **DYNEXAN HERPESCREME®** immer greifbar haben: zu Hause, am Arbeitsplatz, in der Schultasche und auf Reisen. Nur so kann die Behandlung gleich bei den ersten Anzeichen eines Lippenherpes starten und rasch helfen.



Füllungen und Zahnersatz

Die moderne Zahnmedizin hat viele Möglichkeiten, Kariesschäden zu reparieren und Zähne noch möglichst lange zu erhalten. Auch für den Ersatz fehlender Zähne gibt es immer bessere Lösungen. So lassen sich Funktion und Ästhetik der Zähne lange bewahren.

REPARATUR VON ZAHNSCHÄDEN – FÜLLUNGEN, INLAYS UND ONLAYS

Bevor der Zahnarzt eine Füllung vornimmt, muss er die von Karies befallene Zahnschubstanz mechanisch (durch „Bohren“) entfernen. Für kleine, oberflächliche Kariesschäden eignen sich plastische (weiche) Füllungen, die nach dem Einbringen in das „Loch“ von allein oder mithilfe von Speziallicht aushärten. Große, vor allem tiefe Kariesschäden werden mit starren Füllungen (Inlay, Onlay) repariert. Diese werden im Dentallabor passgenau angefertigt und vom Zahnarzt mittels flüssigen Kunststoffes oder Zement eingeklebt.

▼ ABB. FÜLLUNGEN, INLAYS UND ONLAYS



FESTSITZENDER ZAHNERSATZ – KRONEN, BRÜCKEN UND IMPLANTATE

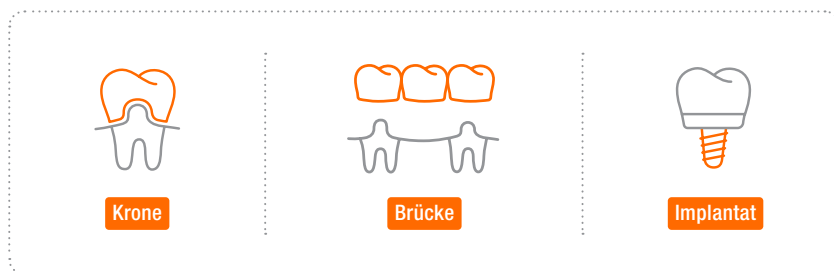
Sind Kariesschäden in der Zahnkrone sehr umfangreich und können nicht mehr mit Füllungen, Inlays oder Onlays repariert werden, kommt eine künstliche Zahnkrone zum Einsatz. Sie ersetzt die natürliche Krone und wird in einem Dentallabor angefertigt. Dazu wird der Zahn abgeschliffen und von Kariesschäden befreit. Anschließend wird die Krone wie eine Kappe als Ersatz für die natürliche Zahnkrone aufgesetzt (Vollkrone). Neben Vollkronen gibt es auch Teilkronen. Diese umschließen im Gegensatz zur Vollkrone den Zahn nicht komplett.

Sind die Schäden sehr groß, muss ein Zahn entfernt, „gezogen“ werden. Die entstandene Lücke kann mit einer Brücke oder einem Implantat geschlossen

werden. Eine Brücke wird links und rechts der Lücke an den noch vorhandenen Zähnen befestigt, auch Anker- oder Pfeilerzähne genannt. Dazu werden diese abgeschliffen und überkront. Diese Kronen bilden die Grenzen der Brücke. Mit diesen Kronen verbunden ist der künstliche Zahn (eigentlich nur eine künstliche Zahnkrone), welcher die Lücke schließen soll. Dieser liegt dann auf dem Zahnkamm auf.

Implantate sind künstliche Zahnwurzeln (aus Titan oder Keramik), die in den Kieferknochen eingesetzt werden. Auf diesen können sowohl Einzelkronen und Brücken als auch Teil- oder Vollprothesen aufgebaut und befestigt werden. So besteht die Möglichkeit, mit Implantaten einzelne Zähne und ganze Zahnreihen zu ersetzen.

▼ ABB. KRONEN, BRÜCKEN UND IMPLANTATE



HERAUSNEHMBARER ZAHNERSATZ – TEIL- UND VOLLPROTHESE

Eine Teilprothese kommt in der Regel zum Einsatz, wenn der Zahnverlust nicht mit festsitzendem Zahnersatz (z. B. einer Brücke) ausgeglichen werden kann. Eine Teilprothese wird an ihren beiden Enden an natürlichen Zähnen (oder an Implantaten) befestigt. Hierfür gibt es verschiedene Techniken, die zumeist die Überkronung natürlicher Zähne erfordern.

Eine Vollprothese (Totalprothese) wird erforderlich, wenn im Ober- und/oder Unterkiefer keine Zähne mehr vorhanden sind. Der Halt einer Vollprothese erfolgt allein über ihre Saugwirkung, mit der sie sich an die Schleimhaut von Gaumen und Kieferkamm anheftet. Hierfür muss die Prothese passgenau angefertigt und bei Bedarf im Laufe der Zeit angepasst werden.



SCHMERZHAFTER DRUCKSTELLEN – KEIN GRUND ZU VERZWEIFELN

Ist die Prothese neu, sind schmerzende Druckstellen normal. Sollten diese anhalten, muss der korrekte Sitz noch einmal vom Zahnarzt überprüft werden. Grund für anhaltende Schmerzen können Veränderungen des Kieferknochens oder Beschädigungen der Prothese sein. Damit Prothesenprobleme frühzeitig erkannt und behoben werden, sind regelmäßige zahnärztliche Kontrollen (mindestens zweimal jährlich) wichtig. Träger von Teilprothesen sollten zudem das Angebot einer professionellen Zahnreinigung wahrnehmen.



REZEPTFREIE HILFE AUS DER APOTHEKE

Bis schmerzhafte Druckstellen – trotz Zahnarztbesuch – abgeheilt sind, dauert es zumeist etwas. In dieser Zeit kann **RECESSAN®** eine schmerzlindernde Hilfe sein.

RECESSAN® enthält den Wirkstoff Lauromacrogol 400, auch Polidocanol genannt, welcher wie Lidocain ein Lokalanästhetikum ist.

Das Besondere der **RECESSAN®** Salbe ist neben ihrer schmerzlindernden Wirkung vor allem ihre gute Hafteigenschaft. Bei Bedarf wird die Salbe direkt auf die gereinigte, aber noch feuchte Prothese aufgetragen. Ein zusätzliches Haftmittel ist nicht erforderlich.

Anwendungsgebiete

Schmerzen an der Mundschleimhaut und am Zahnfleisch, wie z. B. verursacht durch:

- Prothesen-Druckstellen
- Druckstellen durch Zahnspangen
- Verletzungen und Verbrennungen im Mund
- Aphthen



FÜLLUNGEN UND ZAHNERSATZ – TIPPS FÜR DIE MUNDHYGIENE

Auch an überkronten Zähnen und Implantaten können sich Bakterien anheften, die diesen schaden oder Mundgeruch erzeugen. Daher sollten Menschen mit Füllungen, Kronen, Implantaten und Teilprothesen die sorgfältige Mund- und/oder Zahnhygiene weiterhin ernst nehmen. Regelmäßige professionelle Zahnreinigungen und Zahnarztbesuche ergänzen die häusliche Mundhygiene optimal.



REZEPTFREI AUS DER APOTHEKE

Besondere Aufmerksamkeit gilt der Mund- und Zahnhygiene über die Dauer der zahnärztlichen Behandlung hinweg. Wird das Gebiss mit einer Krone, einem Implantat oder einer Prothese versorgt, ist die tägliche Mund- und Zahnhygiene oftmals nur eingeschränkt möglich. Sinnvoll in diesen Situationen sind antibakterielle Mundspülungen, zum Beispiel mit **DYNEXIDIN® FORTE 0,2%** (Wirkstoff: Chlorhexidin) (s. Seite 31) oder **DEQUONAL®** Sprüh- oder Gurgellösung (Wirkstoffe: Dequalinium- und Benzalkoniumchlorid) (s. Seite 35).



FRAGEN SIE IHRE KRANKENKASSE

Immer mehr betagte oder hochbetagte Menschen erhalten ihre Zähne bis ins hohe Lebensalter. Bei eingeschränkter Mobilität (z.B. Pflegebedürftigkeit) können sie zu Hause kleinere Untersuchungen und Behandlungen durchführen lassen. Gesetzliche Krankenkassen übernehmen in vielen Fällen die Kosten für einen zahnärztlichen Hausbesuch.

WEITERFÜHRENDE LINKS

Aktion zahnfreundlich e. V.
www.zahnmaennchen.de

Kassenzahnärztliche
Bundesvereinigung (KZBV)
www.kzbv.de

Deutsche Gesellschaft
für Parodontologie e. V.
www.dgparo.de

Patientenportal der Bayerischen
Landes Zahnärztekammer (BLZK)
www.zahn.de

Deutsche Gesellschaft für Zahn-,
Mund- und Kieferheilkunde e. V.
www.dgzmk.de

Deutsche Gesellschaft für
Alterszahnmedizin (DGAZ)
www.dgaz.org

Information Mundgesundheit
www.information-mundgesundheit.de

Deutsche Arbeitsgemeinschaft
für Jugendzahnpflege e. V.
www.daj.de

IQWiG – Institut für Qualität und Wirt-
schaftlichkeit im Gesundheitswesen
www.gesundheitsinformation.de

Referenzen // Kreussler Produkte in der Forschung

- ¹ Meister TL, Brüggemann Y, Todt D, Conzelmann C, Müller JA, Groß R, Münch J, Krawczyk A, Steinmann J, Steinmann J, Pfaender S, Steinmann E. Virucidal Efficacy of Different Oral Rinses Against Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2. J Infect Dis. 2020 Sep 14;222(8):1289-1292. doi: 10.1093/infdis/jiaa471.
- ² Meyer-Pannwitt & Dernick.: Die Inaktivierung des Influenza-A-Virus durch Benzalkoniumchlorid. Inf Arzt 3, 1–8 1985.
- ³ Moldenhauer D. Die Wirkung von DEQUONAL® gegen Herpesvirus hominis Typ 1. Therapie Woche 1979.
- ⁴ Kneist S, Gebelein K Studie: Die antimikrobielle Wirksamkeit von Mundspüllösungen mit und ohne Chlorhexidin. ZMK – Zahnheilkunde Management Kultur. 2015;31:382-391.
- ⁵ Wolf D, Otto J. Efficacy and Safety of a Lidocaine Gel in Patients from 6 Months up to 8 Years with acute painful sites in the oral cavity: A randomized, placebo-controlled, double-blind, comparative Study. Int J Pediatr. [Internet]. 2015; Available from: <http://dx.doi.org/10.1155/2015/141767>.
- ⁶ Coudert AE, Ostertag A, Baaroun V, Artaud C, Ifi-Nauilin C, Druo J-P. Phase III, randomized, double-blind, placebo-controlled trial of topical 2 % lidocaine for the prevention and treatment of oral mucosal pain in children. Clin Oral Investig. 2014; 18(4): 1189-94.
- ⁷ In Anlehnung an https://flexikon.doccheck.com/de/Unentbehrliche_Arzneimittel (abgerufen am 24.07.2023).
- ⁸ Gruber I. et al.: Zur lokalanästhetischen Wirkung zweier Mundschleimhautpräparate auf die Gingiva. Quintessenz 1990; 10: 1677-82.
- ⁹ Kasaj A, Heib A, Willershausen B. Effectiveness of a topical salve (Dynexan) on pain sensitivity and early wound healing following nonsurgical periodontal therapy. Eur J Med Res. 2007;12(5):196-9.

PFLICHTANGABEN FÜR ALLE ERWÄHNTEN PRODUKTE

DYNEXAN MUNDGEL®. Wirkstoff: Lidocainhydrochlorid 1 H₂O. Anwendungsgebiete: Zur zeitweiligen, symptomatischen Behandlung von Schmerzen an Mundschleimhaut, Zahnfleisch und Lippen. Hinweis: Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Stand: Juli 2023. Chemische Fabrik Kreussler & Co. GmbH, D-65203 Wiesbaden. www.kreussler.com

DEQUONAL®. Anwendungsgebiete: Zur unterstützen der zeitweiligen Behandlung bei Entzündungen der Mundschleimhaut. Zur zeitweiligen Anwendung bei Mundgeruch (soweit durch Keimbildung in der Mundhöhle verursacht). Warnhinweis: DEQUONAL® enthält 6 Vol.-% Alkohol. Enthält Menthol; Packungsbeilage beachten. Hinweis: Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Stand: Juli 2023. Chemische Fabrik Kreussler & Co. GmbH, D-65203 Wiesbaden. www.kreussler.com

DYNEXAMINFLUORID GELÉE. Anwendungsgebiete: Zur Vorbeugung der Karies (Zahnfäule), insbesondere bei Kindern, Jugendlichen sowie Patienten mit Zahnspannen, anderen kieferorthopädischen (orthodontischen) Apparaten und Teilprothesen; zur Unterstützung der Behandlung der Initialkaries (beginnende Zahnfäule); zur Behandlung überempfindlicher Zahnhälse. Warnhinweis: Enthält Methyl-4-hydroxybenzoat. Packungsbeilage beachten. Pflichthinweis: Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Stand: Juli 2023. Chemische Fabrik Kreussler & Co. GmbH, D-65203 Wiesbaden. www.kreussler.com

DYNEXAN HERPESCREME®. Wirkstoff: Aciclovir. Anwendungsgebiete: Zur lindernden Behandlung von Schmerzen und Juckreiz bei häufig wiederkehrenden Herpesinfektionen mit Bläschenbildung im Lippenbereich. Pflichthinweis: Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin,

Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Stand: Juli 2023. Chemische Fabrik Kreussler & Co. GmbH, D-65203 Wiesbaden. www.kreussler.com

DYNEXAN® Zahnfleischtropfen. Wirkstoff: Aluminiumformiat 3 H₂O. Anwendungsgebiete: DYNEXAN® Zahnfleischtropfen werden traditionell angewendet als mild wirkendes Arzneimittel bei leichten Entzündungen des Zahnfleisches und der Mundschleimhaut. Pflichthinweis: Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Stand: Juli 2023. Chemische Fabrik Kreussler & Co. GmbH, D-65203 Wiesbaden. www.kreussler.com

DYNEXIDIN® FORTE. Wirkstoff: Chlorhexidinbis (D-gluconat). Anwendungsgebiete: DYNEXIDIN® FORTE wird vorübergehend angewendet: Zur Verminderung von Bakterien in der Mundhöhle, als unterstützende Behandlung zur mechanischen Reinigung bei bakteriell bedingten Entzündungen des Zahnfleisches und der Mundschleimhaut sowie nach chirurgischen Eingriffen am Zahnhalteapparat, bei eingeschränkter Mundhygienefähigkeit. Enthält Macrogolglycerolhydroxystearat und Menthol. Packungsbeilage beachten. Pflichthinweis: Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Stand: Juli 2023. Chemische Fabrik Kreussler & Co. GmbH, D-65203 Wiesbaden. www.kreussler.com

RECESSAN®. Wirkstoff: Lauromacrogol 400 (Polidocanol). Anwendungsgebiete: Zur zeitweiligen, symptomatischen Behandlung von schmerzhaften entzündlichen Erkrankungen an Zahnfleisch und Mundschleimhaut. Pflichthinweis: Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Stand: Juli 2023. Chemische Fabrik Kreussler & Co. GmbH, D-65203 Wiesbaden. www.kreussler.com



Herausgeber und Copyright

Chemische Fabrik Kreussler & Co. GmbH
Rheingaustraße 87–93
65203 Wiesbaden
Tel.: 0611 9271-0 // Fax: 0611 9271-111
www.kreussler-pharma.de

Mit freundlicher Beratung von

Frau Dr. Ute Koch, Apothekerin

© 2023 Chemische Fabrik Kreussler & Co. GmbH
Alle Rechte vorbehalten // 7000584/0923



Stoppt den Schmerz im Mund

Bei Schmerzen an Mundschleimhaut, Zahnfleisch und Lippen



Alkohol-, zucker-,
gluten- und laktosefrei



Wirkt innerhalb
von 60 Sekunden⁸



Für Säuglinge, Kleinkinder
und Kinder zugelassen



Wirksamkeit und Ver-
träglichkeit in klinischen
Studien belegt^{8,9}

DYNEXAN MUNDGEL®. Wirkstoff: Lidocainhydrochlorid 1H₂O Anwendungsgebiete: Zur zeitweiligen, symptomatischen Behandlung von Schmerzen an Mundschleimhaut, Zahnfleisch und Lippen. Hinweis: Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Stand: Juli 2023. Chemische Fabrik Kreussler & Co.GmbH, D-65203 Wiesbaden.

Überreicht durch: