

Wir beglückwünschen Sie...

Heraeus

Sie haben soeben von Ihrem Zahnarzt eine Venus Komposit-Füllung erhalten. Es war eine gute Wahl, dass Sie sich für eine hochwertige Komposit-Füllung entschieden haben.

Ihre neue Füllung wurde in Schichten aufgebaut und entspricht Ihrer natürlichen Zahnfarbe. Die mit der Komposit-Füllung verbundene Technik ermöglicht eine Zahnhartsubstanz schonende Therapie.

Ihre Venus Komposit-Füllung weist eine gute Haltbarkeit auf, trotzdem sollte sie regelmäßig von Ihrem Zahnarzt kontrolliert werden.

Damit Sie möglichst lange Freude an Ihrer neuen Füllung haben, bekommen Sie hier einige Tipps zur optimalen Zahnpflege.

Praxisstempel

WM-Nr.: 00100387-150-04/06 0RT/PP

Venus®

Anpassungsfähig und natürlich
Ästhetik für höchste Ansprüche

Zertifikat

Heraeus Kulzer GmbH
Division Dentistry
Grüner Weg 11
63450 Hanau
info.dent@heraeus.com
www.heraeus-kulzer.de

Tipps für eine langlebige Komposit-Füllung



Die richtige Reinigung

Zähne müssen nicht „geschrubbt“ werden. Im Gegenteil, wenn man mit der Zahnbürste zu stark aufdrückt können mit der Zeit sowohl die Zahnoberfläche als auch die empfindlichen Zahnhäse geschädigt werden.

Zur richtigen Reinigung setzt man die Zahnbürste schräg auf, so dass die Borsten ein wenig in die Zahnzwischenräume und an den Zahnfleischrand dringen können. Dann bewegt man die Bürste leicht vibrierend und mit leichten Strichen kreisend von „rot nach weiß“, also vom Zahnfleisch zur Zahnfläche. So kann die Bürste die Plaque lockern.

Im nächsten Schritt werden die Kauflächen gesäubert, um Plaque aus deren Spalten herauszulösen. Die Bürste wird angewinkelt, um auch die Innenseiten ordentlich abzubürsten. Rund drei Minuten sollte man insgesamt fürs Putzen aufwenden, und das zwei bis dreimal täglich.

Der richtige Zeitpunkt

Nach jeder Mahlzeit und vor dem Schlafengehen sollten die Zähne geputzt werden. Man sollte sie aber nicht direkt nach dem Genuss von sauren Speisen oder Getränken (Wein, Fruchtsäfte, Zitrusfrüchte, Joghurt, Salat mit saurem Dressing) putzen, weil es sonst zu einem „Wegschrubben“ der Zahnhartsubstanz kommen kann.



Das „Werkzeug“

■ Die Zahnbürste

Mit Handzahnbürsten lässt sich in aller Regel eine ausreichende Zahnpflege sicherstellen, obschon elektrische Zahnbürsten mehr Komfort bieten. Der Kopf der Zahnbürste sollte nicht sehr groß sein, damit alle Zahnflächen im Mund problemlos erreicht werden können. Die beste Zahnbürste nützt natürlich nichts, wenn sie nicht regelmäßig benutzt wird. Sobald die Borsten sich zur Seite biegen, spätestens jedoch alle zwei Monate, sollten Sie die Bürste wechseln.

■ Die Zahncreme

Ihre Zahncreme sollte auf jeden Fall Fluorid enthalten. Die Abrasivität (Schmirgelwirkung) einer Zahnpasta darf nicht zu groß sein, weil sonst gesunde Zahnhartsubstanz abgerieben werden kann. Besonders kritisch ist die Schmirgelwirkung von Zahncremes, wenn Wurzeloberflächen frei liegen. In diesem Fall empfiehlt sich eine „Sensitive“-Zahncreme. Sogenannte Raucherzahncremes sind extrem abrasiv und sollten daher nicht regelmäßig, sondern nur von Zeit zu Zeit verwendet werden.

■ Zahnseide/Zwischenraumbürste

Selbst die beste Zahnbürste dringt nicht ausreichend zwischen die Zähne. Hier muss man mit Zahnseide oder Zwischenraumbürste (auch Interdental-Zahnbürste genannt) nachhelfen, um auch dort den zähen Bakterien Schleim zu lösen.

■ Kaugummi

Der Speichel hat einige wichtige Funktionen für die Gesunderhaltung der Zähne: er entfaltet eine Spülwirkung, er enthält Mineralien (Phosphat, Kalzium) für die Remineralisation der Zahnhartsubstanz sowie Puffer zum Neutralisieren von Säuren. Durch Kaugummi kauen wird der Speichelfluss angeregt. Wenn das Zähneputzen nach dem Essen also einmal nicht möglich ist, ist Kaugummi kauen ein geeigneter Ersatz. Die Kaugummis sollten natürlich zuckerfrei sein.