

## ***Nach der Parodontosebehandlung***

Bis die Betäubung abgeklungen ist, sollten Sie nichts essen oder trinken. Nach Abklingen der Betäubung auftretende Schmerzen lassen sich durch einfache rezeptfreie Schmerzmittel bekämpfen. Auch eine Kühlung von außen mit einem umwickelten Kühlpack kann den Schmerz lindern. Sollte sich der evtl. aufgelegte Zahnfleischverband lösen, ist dies nicht bedenklich, andernfalls wird dieser von uns beim nächsten Kontrolltermin entfernt.

## ***Mundhygiene***

Nehmen Sie möglichst nach jeder Mahlzeit, mindestens nach dem Frühstück und abends vor dem zu Bett gehen mindestens 3 Minuten Zeit für Ihre Mundhygiene. Dabei müssen systematisch alle Zähne und Zahnfleischpartien, innen, außen, oben und unten erfasst werden. Kontrollieren Sie mit einem Spiegel, ob irgendwo Beläge zurückgeblieben sind. Für die Säuberung der Zahnzwischenräume sollten Sie, neben der Zahnbürste ungewachste Zahnseide oder besonders geformt Zwischenraumbürstchen verwenden. Sinnvoll ist die tägliche Spülung nach jeder Zahnreinigung mit einer 0,1 %igen Chlorhexidinközung (z.B. Chlorhexamed) eine Woche lang nach dem Eingriff.

## ***Pflege von Zahnersatz***

Bei jeder Mahlzeit bildet sich ein Film von feinsten Speiseteilchen zwischen Zähnen und Ersatz. Dieser ist eine willkommene Brutstätte für Bakterien. Wiederholte Zahnfleischentzündungen und Karies sind die Folge. Brücken oder festsitzende Schienen, werden wie die eigenen Zähne sorgfältig gereinigt. Nach jeder Mahlzeit den Zahnersatz gründlich bürsten.

## ***Temperaturempfindlichkeit***

Einzelne Zähne können vorübergehend gegen Temperaturreize empfindlich sein. Diese Reaktion ist eine natürliche Folge der Zahnfleischstraffung. Wenden Sie sich an uns, wenn die Empfindlichkeit nicht von selbst abklingt.

## ***Essen***

"Schonen" Sie Ihre Zähne nicht etwa durch besonders weiche Kost. Vielmehr sollten Sie gut und kräftig kauen (Vollkornbrot, Gemüse, usw.) So wird das Zahnfleisch gestrafft und die Ablagerung von Belägen (Paque) verhindert.

## ***Kontrollen***

Zur Kontrolle des Behandlungserfolges sollten Sie Ihren Zahnarzt in Zukunft zwei- bis dreimal im Jahr aufsuchen, um neuen Zahnfleischerkrankungen rechtzeitig vorzubeugen. Wir bieten auch Recall (kostenlose Untersuchungserinnerung per Post) und professionelle Zahnreinigungen an.

## ***Wichtig***

Die Behandlung der Parodontose bzw. Parodontitis führt nur dann zum dauerhaften Erfolg, wenn Sie mit Ihrer häuslichen Mundhygiene, regelmäßigen Kontrollen sowie Zahnreinigungen erneuten Erkrankungen vorbeugen.

Ihr Praxisteam  
Dr. Klaus & Dr. Sabine Harms