

Sie sind ihr bester Zahnarzt...!

Wie und warum? Hier ein paar Argumente und Tipps:

- Sie sind selbst Ihr bester Zahnarzt...
weil man durch gute Mundhygiene in vielen Fällen den Krankheiten der Zähne und des Zahnhalteapparates vorbeugen kann.
- Zahnseide auch wenn es blutet?
Da gibt es zwei Ursachen: Die erste und wichtige Ursache ist eine Entzündung des Zahnfleisches,
hervorgerufen durch Bakterien, die trotz Zähneputzens mit der Zahnbürste, zwischen Zahn und Zahnfleisch zurückbleiben können. Dieses entzündete Gewebe ist geschwollen und gerötet, da die Blutgefäße geweitet sind um möglichst viele Abwehrzellen in das betroffene Gebiet zu bringen.
Wenn man nun mit der Zahnseide arbeitet wird es bluten. Aber gleichzeitig vermindert man die Ursache des Blutens – die Bakterien.
Also: arbeiten Sie weiter mit der Zahnseide und beobachte Sie dies. Sie werden feststellen, dass in der Regel innerhalb einiger Tage die Blutungen deutlich geringer werden.
- Die zweite, eher seltene, Ursache ist die falsche Anwendung der Zahnseide. Sie kann z.B. bei der Anwendung abrutschen und schneidet in das Zahnfleisch ein, weil man mit zuviel Kraft über den Kontaktpunkt der Zähne gleitet. Dies kann man durch Sägebewegungen am Kontaktpunkt mit der Zahnseide vermeiden.

Ob es beim Benutzen der Zahnseide blutet oder nicht –

Sie sollten trotzdem das Zahnfleisch regelmäßig durch den Zahnarzt überprüfen lassen und durch professionelle Zahnreinigung in individuell abgestimmten Intervallen unterstützen lassen.

Übrigens:

Durch bestimmte Medikamente oder eine Schwangerschaft wird die Entzündungsbereitschaft des Zahnfleisches deutlich erhöht. Auch unter diesen Voraussetzungen ist der Einsatz von Zahnseide, gründliches Putzen und die Rücksprache mit Ihrem Zahnarzt die beste Therapie.