



"Prophylaxe" bedeutet Vorbeugung von Krankheiten für eine gute Mundhygiene. Wir pflegen in unserer Praxis einen modernen Zugang zur Zahnmedizin und messen deshalb der Verhinderung von Krankheiten oberste Priorität bei. Um eine sehr gute Mundhygiene zu erhalten, ist eine regelmäßige Prophylaxe von höchster Wichtigkeit. Nur mit fachkundiger Unterstützung und Hilfe kann der lebenslange Erhalt Ihrer Zähne gesichert werden. Unser international ausgebildetes Team von Prophylaxeassistentinnen betreut und berät Patienten aus Wien und Umgebung individuell entsprechend Ihren persönlichen Bedürfnissen.


## Prophylaxe-Tipps für eine gute Mundhygiene


- Die Zahnbürste sollte einen kurzen Kopf und endgerundete Borsten haben und alle 2-3 Monate erneuert werden.
- Verwenden Sie eine Zahnpasta mit hohem Fluoridgehalt und benützen Sie Zahnseide oder Zahnzwischenraumbürstchen für die Reinigung schwer zu erreichender Stellen.
- Achten Sie auf gesunde und "kauaktive" Nahrung z.B. Vollkornbrot, Rohkost....
- Vermeiden Sie zuckerhaltige Speisen, vor allem als Zwischenmahlzeiten, und Getränke wie Softdrinks.
- Kauen Sie nach dem Essen zuckerfreien Kaugummi, besonders nach zuckerhaltigen Speisen.
- Lassen Sie bei uns Ihre Fissuren versiegeln und Ihren Zahnschmelz mit Fluoriden härten.
- Kommen Sie mindestens 2 x jährlich zur Kontrolle und nehmen Sie an unserem lebenslangen Prophylaxeprogramm teil für eine gute Mundhygiene.

## Weiterführende Links zur Prophylaxe (Mundhygiene)

**Gesellschaft für präventive Zahnheilkunde e-V.**

**Schweizerische Gesellschaft für Prophylaxe**

Was passiert während der Prophylaxe? 

Wer sollte wie oft zur Prophylaxe gehen? 

Die Bildung von Zahnstein beginnt mit der Pubertät. Das ist ein Erfahrungswert und individuell unterschiedlich. Als Richtwert gilt, dass spätestens ab einem Alter von 16 Jahren regelmäßige Prophylaxesitzungen durchgeführt werden sollten.

Wie empfehlen regelmäßige Behandlungen im 6-Monatsintervall. Diese Intervalle können jedoch je nach Mundhygiene verkürzt oder verlängert werden.

Tut es weh? 

Warum Prophylaxe beim Zahnarzt? 