



Hilfsmittel für Ihre perfekte Mundpflege

Zahnpasten

Das Angebot an Zahnpasten ist sehr reichhaltig und für den Nichtfachmann unübersichtlich. Um Ihnen die Auswahl zu erleichtern, haben wir für Sie nachfolgend empfehlenswerte Zahnpasten für den täglichen Gebrauch und für spezielle Fälle aufgeführt. Bei der Auswahl haben wir Wert auf biologisch und ökologisch verträgliche Zahnpasten gelegt. Die **ORANGE** hervorgehobene Produkte sind Empfehlungen von ÖKO-TEST.

- **Nur 1 Tropfen Medizinische Zahncreme Konzentrat** (mit Fluoriden) für die tägliche Zahnpflege
- **Weleda Solezahncreme** (ohne Fluoride)
- **Lavera Neutral¹** (ohne Fluoride), **Elmex sensitive** (mit Fluoriden) bei empfindlichen und freiliegenden Zahnhälsen
- **Zendium** bei häufigem Auftreten von Aphten im Mund
- **Sensodyne Zahnfleisch-Komplex** (mit Fluoriden) bei Zahnfleischentzündungen und während einer Parodontitisbehandlung
- **Odol-med 3** samtweiß gegen Raucher- und Teebeläge
- **Lavera Neutral¹** (ohne Fluoride) während der Einnahme homöopathischer Medikamente (die in fast allen Zahnpasten enthaltenen ätherischen Öle beeinträchtigen die homöopathische Wirkung)
- **Lavera Kinder-Zahngel¹** (ohne Fluoride) für Kinder und Jugendliche

Fluoridierung

Elmex-Gelée zur einmal wöchentlichen Anwendung

Bei empfindlichen Zähnen

Elmex-Sensitiv-Mundspüllösung zur täglichen Spülung bei empfindlichen Zähnen

Zahnpflege-Kaugummis

Kaugummis wären zur ergänzenden Zahnpflege eigentlich sinnvoll. Trotzdem empfehlen wir sie nur mit Vorbehalt, da der in fast allen Kaugummis enthaltene Süßstoff **Aspartam** hinsichtlich seiner gesundheitlichen Auswirkungen umstritten ist.



Medikamente

Bei blutenden und schmerzhaften Zahnfleisch-Entzündungen ist immer eine zahnärztliche Untersuchung und Behandlung erforderlich. Unterstützend können Sie die nachfolgend aufgeführten Medikamente verwenden:

- **Meridol paro CHX 0,2%** oder **Chlorhexamed** bei Zahnfleisch-Entzündungen. 3 x tägl. eine Minute lang spülen. Bitte maximal vier Tage lang anwenden.
- **Meridol** zur täglichen und dauerhaften Mundspülung
- **Salviathymol** auf pflanzlicher Basis zum Auftragen oder Spülen bei Zahnfleisch-Entzündungen. Anwendung: 20 Tropfen in einem Schluck Wasser. 3 x täglich eine Minute spülen.
- **Chlorhexamed-Gel 1%** zum Auftragen bei akuten Zahnfleisch-Entzündungen und zur vorübergehenden Verwendung als Zahncreme bei Parodontitis-Behand-

lungen

- **Kamistad-Gel N** bei Aphten + schmerzhaften Entzündungen
- **Kamistad Baby** bei Zahnungsbeschwerden
- **Protexif Wund- und Schutzgel** bei Prothesendruckstellen

Zahnersatz-Reinigung

Zur Reinigung von **Kronen** eignen sich dieselben Hilfsmittel wie für natürliche Zähne: Zahnbürste, Zahnseide, Super-Floss oder Zahnzwischenraum-Bürste.

Zur Reinigung von **Brücken-Unterseiten** eignet sich am besten Super-Floss. Ist zwischen Brücke und Kieferkamm ein größerer Zwischenraum (sog. Schwebelücken), ist eine Zwischenraum-Bürste entsprechender Dicke empfehlenswert.

Für die Reinigung von **herausnehmbarem Zahnersatz** gibt es speziell geformte Prothesen-Bürsten. Dazu können Sie Ihre normale Zahnpasta oder ein spezielles Prothesenreinigungs-Gel verwenden. Mit zusätzlich verwendeten Prothesenreinigungs-Tabletten werden festsitzende Beläge weitgehend entfernt und die Prothesen desinfiziert.

Wenn Sie Ihren Zahnersatz professionell reinigen wollen, empfehlen wir Ihnen die Anschaffung eines Ultraschall-Reinigungsgerätes. Zusammen mit einer darin verwendeten Reinigungslösung werden auch hartnäckigste Beläge und Zahnstein-Auflagerungen beseitigt.

- **fitty-dent-Haftcreme**
- **blend-a-dent Super-Haftcreme** extra-stark
- **Prothesen-Reinigungsbürste**

Hinweise:

Die empfohlenen Produkte stellen lediglich eine Auswahl dar. Nicht erwähnte Produkte können eine ebenso gute Wirkung haben. Lassen Sie sich im Zweifelsfall in der Praxis oder in der Apotheke beraten.

¹ Diese Produkte erhalten Sie in Apotheken, Reformhäusern und Naturkostläden