



## Wie kann ich meinen Beitrag bei der häuslichen Zahnpflege leisten?

Gründliche und regelmäßige Zahnpflege ist ein wichtiger Beitrag zur Prophylaxe, den Sie persönlich leisten können. Neben einer Zahnpasta mit Fluoriden und Wirkstoffen gegen Plaquebakterien, sollten Sie auch Zahnseide zur Säuberung der Zahnzwischenräume verwenden. Des Weiteren gehört zur optimalen Vorsorge alle sechs Monate eine Kontrolluntersuchung bei Ihrem Zahnarzt. Er wird Schäden am Zahn oder Zahnfleisch rechtzeitig erkennen und behandeln. Der dritte Prophylaxebaustein ist die PZR (professionelle Zahnreinigung) bei Ihrem Zahnarzt. Pflege, Kontrolle und professionelle Zahnreinigung – der beste Weg zu umfassendem Schutz vor Karies und Parodontitis.



**PANORAMA**  
GESUNDHEITZENTRUM



**Zahnarztpraxis**  
**Dr. med. dent. Thomas Schmid**  
**und Belegärzte**  
Happinger Straße 98  
83026 Rosenheim  
Tel. +49 (0) 8031 354 94-0  
Fax +49 (0) 8031 354 94-14  
[www.dr-thomas-schmid.de](http://www.dr-thomas-schmid.de)

**Öffnungszeiten:**  
Montag bis Donnerstag  
8:30-20:00 Uhr  
Freitag  
8:30-17:00 Uhr



**Ihr Zahnarzt Rosenheim**  
Dr. med. dent. Thomas Schmid  
& Kollegen

## Prophylaxe



**Ihr Zahnarzt Rosenheim**  
Dr. med. dent. Thomas Schmid  
& Kollegen



### **Warum ist Prophylaxe so wichtig?**

Gesunde Zähne und gesundes Zahnfleisch ein Leben lang – mit der richtigen Prophylaxe kann Jeder dieses Ziel erreichen. Je früher man mit der Prophylaxe beginnt, umso eher können Eingriffe durch den Zahnarzt vermieden werden.

### **Vorbeugen statt Reparieren**

So lautet der Ansatz der Bundeszahnärztekammer.

**Denn:** Gerade in der Zahnmedizin ist es möglich, Erkrankungen zu vermeiden oder frühzeitig zu erkennen, bevor sie zu gravierenden Problemen führen. Bei der Vorbeugung gegen Karies und Parodontitis reicht regelmäßiges Zähneputzen allein leider nicht aus. Deshalb bietet Ihnen Ihr Zahnarzt ergänzend zur häuslichen Zahnpflege sinnvolle Prophylaxemaßnahmen an, die in der Zahnarztpraxis durchgeführt werden. So können Sie optimal vorsorgen.

### **Was ist eine professionelle Zahnreinigung?**

Gegen hartnäckige bakterielle Zahnbeläge – die Hauptverursacher von Karies und Parodontitis – kommt auch die gewissenhafteste Zahnpflege nicht immer an. Deshalb gibt es die professionelle Zahnreinigung, abgekürzt PZR. Mit ihr werden sämtliche harten und weichen Beläge sowie Bakterien beseitigt. Karies und Zahnbetterkrankungen werden damit effektiv vorgebeugt. Dabei geht die PZR viel weiter als die Zahnsteinentfernung im Rahmen der üblichen Kontrolluntersuchung.

### **Wie läuft eine PZR ab?**

Am Anfang der PZR steht eine gründliche Untersuchung des Gebisses. Danach werden die Beläge auf den Zahnoberflächen, in den Zahnzwischenräumen und in den Zahnfleischtaschen mit speziellen Instrumenten entfernt. Gerade diesen Bereich erreicht man beim Zähneputzen zu Hause nur schwer. Auch Verfärbungen durch Kaffee, Tee oder Zigarettenkondensat sind nach dem Einsatz von Spezialinstrumenten, z. B. eines Pulverstrahlgeräts, verschwunden. Sind die harten Beläge entfernt, kommen die weichen Ablagerungen an die Reihe. Dazu werden verschiedene Handinstrumente, kleine Bürstchen und Zahnseide benutzt. Weil Bakterien sich zuerst an rauen Stellen und in Nischen festsetzen, folgt als nächstes die Politur, um die Zähne zu glätten. Anschließend werden die gereinigten Zahnflächen mit einem Fluorid-Lack überzogen. Das schützt die Zahnoberflächen vor den Säureattacken der Mundbakterien. Zum Schluss berät der Profi den Patienten zur richtigen Zahnpflege daheim.

### **Wer bietet die PZR an?**

Viele Zahnarztpraxen bieten diese wichtige Prophylaxeleistung an. Sprechen Sie Ihren Zahnarzt auf das Thema Prophylaxe an.

Er berät Sie gerne und bietet Ihnen auf Wunsch einen Termin zur PZR bei unserer zahnmedizinischen Prophylaxeassistentin an.

### **Wie oft ist eine PZR sinnvoll?**

Wissenschaftliche Untersuchungen haben ergeben, dass die PZR im Abstand von sechs Monaten die ideale Ergänzung zum gründlichen Putzen ist, um Zähne und Zahnfleisch gesund zu erhalten. Je nach individuellem Erkrankungsrisiko sind jedoch andere Zeitintervalle sinnvoll.

### **Was kostet eine PZR?**

Der Gesetzgeber hat festgelegt, dass Zahnprophylaxe für Erwachsene zu den Eigenleistungen gehört. Deshalb wird diese Leistung nicht von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen. Die Kosten für eine PZR sind abhängig vom Zeitaufwand, bzw. der Anzahl der vorhandenen Zähne. Kinder und Jugendliche erhalten einen ermäßigten Tarif.

Fragen Sie unsere Assistentinnen.