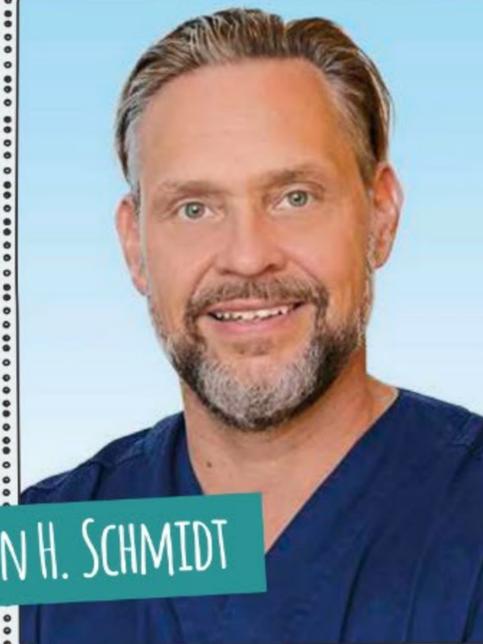


GUTZU WISSEN

Eine Frage an den Experten

Der zahnärztliche
Leiter des Carree
Dental in Köln besitzt
den akademischen
Zusatztitel des „Master
of Science in Oral
Implantology and
Surgery“

DR. JOCHEN H. SCHMIDT



KANN ICH ZAHNSTEIN SELBST ENTFERNEN?

Schimmert er anfangs gelblich-weiß, so nimmt er mit der Zeit eine bräunliche oder sogar schwarze Tönung an – wer kennt ihn nicht? Zahnstein. Doch nicht nur ästhetisch ist der mineralisierte Zahnbelag ein Problem: Er erhöht erheblich das Risiko für eine Zahnfleischentzündung. Unbehandelt kann diese auf den gesamten Zahnhalteapparat übergreifen. Es drohen

Zahnverlust und ernsthafte gesundheitliche Folgen. Gegen die hartnäckigen Ablagerungen helfen weder gründliches Spülen und Zähneputzen noch andere „Selbsthilfe-Maßnahmen“. Auch wenn in Internet-Ratgebern immer mal wieder Backpulver oder etwa Zitronensaft als natürliche Hausmittel dagegen angepriesen werden, ist davon strikt abzuraten: Die darin enthaltenen Säuren und Schmirgelsubstanzen bewirken das Gegenteil des gewünschten Effekts. Sie zerstören den Schmelz. Zähne und Zahnfleisch könnten verletzt werden. Bei Zahnstein bleibt also nur der Gang zum Zahnarzt. Dieser entfernt

mit speziellen Geräten oder Ultraschall den verhärteten Belag auf den Zahnoberflächen, vielfach in Kombination mit einer Professionellen Zahnreinigung. Ob zweite oder dritte Zähne – das A und O der Zahnstein-Prävention ist eine gründliche Mundhygiene. Um Risiken wie Zahnstein frühzeitig zu erkennen, empfiehlt sich zudem zweimal jährlich eine Kontrolluntersuchung beim Zahnarzt sowie spätestens alle sechs Monate eine Professionelle Zahnreinigung. ©

