

## **Kann eine intensive Reinigung die Zähne schwächen?**

**Kurzantwort:** Da beim Zähneputzen zu Hause nie eine vollständige Reinigung erreicht werden kann, bildet sich mit der Zeit Zahnstein. Dieser kann nur durch eine professionelle Zahnreinigung entfernt werden. Bei fachgerechter Ausführung werden weder gesunde Zähne noch Füllungen, Kronen oder Ähnliches geschwächt. Füllungen und Zähne sind einem natürlichen Alterungsprozess unterworfen, der dazu führen kann, dass ein Zahnteil abbrechen kann.

**Zahnreinigung:** Ich (w., 72) putze regelmässig die Zähne und mache zwei Mal pro Jahr eine gründliche Zahnreinigung beim Zahnarzt. In den Wochen nach der letzten gründlichen Zahnreinigung durch die Dentalassistentin mittels Schabern und anderen Instrumenten sind aber gleich an mehreren Zähnen kleine Stücke abgebrochen. Werden durch die gründliche Reinigung meiner offenbar fragil gewordenen Zähne nicht zusätzlich geschwächt? Und ist ein totales, vorsorgliches Zahnrontgen alle zwei Jahre sinnvoll und unschädlich? T. B. in O.

Der Bakterienfilm (Plaque), der ich bereits innert weniger Stunden nach dem Zähneputzen wieder auf den Zahnoberflächen bildet, wird ungestört dicker, und, falls er durch das Zähneputzen nicht wieder entfernt wird, wird er zu hartem Zahnstein. Die Zusammensetzung des Speichels bestimmt, wie rasch die Zahnsteinbildung einsetzt.

### **Zahnstein haftet stark**

Eine regelmässige, perfekte Zahnreinigung der Zahnflächen und der Zahnzwischenräume würde theoretisch eine Zahnsteinbildung verhindern. Da diese Perfektion aber zu Hause keinem Menschen gelingt, wird sich, auch bei Leuten, die ihre Zähne regelmässig und gut reinigen, in unterschiedlichem Ausmass Zahnstein bilden. Hat der Zahnstein erst einmal angesetzt, so kann er nicht mehr durch einfaches Zähneputzen entfernt werden. Damit der Zahnstein keinen Schaden am Zahnfleisch und Knochen anrichten kann, ist deshalb eine regelmässige professionelle Hilfe durch den Zahnarzt oder die Dentalhygienikerin notwendig. Dazu werden Schaber von Hand oder maschinelle Instrumente, die mit sehr hohen Frequenzen vibrieren, verwendet. Selbstverständlich müssen diese Instrumente professionell angewendet werden. Bei fachgerechter Anwendung werden weder gesunde Zähne noch Füllungen, Kronen oder Ähnliches beschädigt. Mit diesen Instrumenten Zahnbrüche zu verursachen oder nachträglich auszulösen, ist nicht möglich.

### **Vorschädigung vorhanden**

Ein Zahnteil kann spontan abbrechen oder bereits das Essen einer weichen Speise (z. B. ein Gipfeli) kann genügen, um einen Zahnbruch auszulösen. Dieses spontane Abbrechen passiert jedoch nur, wenn der Zahn bereits vorgeschädigt ist. Die häufigste Ursache für die Vorschädigung ist das Zähneknirschen. Als weitere Ursachen kommen grössere Füllungen in Frage. Die Füllungen wie auch die natürlichen Zähne sind im Mund einem Alterungsprozess unterworfen. Nach Jahren ist es durchaus möglich, dass eine ältere Füllung oder ein Zahnteil durch eine allmählich fortlaufende Rissbildung schliesslich brechen und verloren gehen kann.

### **Röntgenkontrolle sinnvoll?**

Die Herstellung von Kontrollröntgenbildern alle zwei bis drei Jahre ist sinnvoll und angemessen. Der Nutzen überwiegt bei weitem gegenüber den theoretischen Nachteilen. Vor allem bei älteren Menschen kann die Kariesbildung sehr rasch zunehmen durch die verminderte Speichelproduktion (trockenes Mundgefühl). Eine regelmässige (zweimal pro Jahr, in schwierigen Situationen auch häufigere) Kontrolle bei der Dentalhygienikerin oder beim Zahnarzt ist auch deshalb sinnvoll, um die Schäden bereits im Entstehen zu entdecken.

**Dr. med. dent. Jürg Eppenberger**  
**Fachzahnarzt für Rekonstruktive Zahnmedizin**  
**Belegarzt Hirslanden Klinik St. Anna, Luzern**

Quelle: Neue Luzerner Zeitung vom 10. Dezember 2012