

DENTIQUA

Dentiqua
Schwalbacher Straße 6
12161 Berlin

Homepage: www.zahnarztpraxisfriedenau.de
E-Mail: info@zahnarztpraxisfriedenau.de
Telefon: 030-8216345
Telefax: 030-8211969

Zahnpasten

Kurzinfo



Zahnpasta sorgt nicht nur für einen frischen Geschmack beim Zähneputzen, sondern macht es sehr viel effektiver: Die Zahncreme hat dabei vor allem zwei Funktionen:

Sie enthält feinste, so genannte abrasive Partikel (auch „Putzkörper“ oder „Schmirgelstoffe“) gegen Zahnbeläge (Plaque) und sie bündelt die mit der Bürste abgelösten Beläge, damit sie anschließend mit dem Schaum leicht ausgespuckt, also aus dem Mund entfernt werden können. Zusätzlich trägt die Zahnpasta mit ihrem Fluoridgehalt zur Kariesprophylaxe (Vorsorge) bei.

Was ist gute Zahnpasta?

Eine gute Zahnpasta ist fluoridhaltig. Dieser chemische Grundstoff kommt in Mineralien vor, festigt den Zahnschmelz und macht ihn widerstandsfähiger gegen den Angriff von Säuren und damit gegen Karies.

Daneben enthält jede Zahnpasta weitere Inhaltsstoffe, die das Putzergebnis verbessern: Abrasive Stoffe sind kleine Partikel („Putzkörper“), die die Zahnbeläge mechanisch entfernen. Diese können zum Beispiel aus Marmor oder Schlammkreide bestehen. Keine Sorge, gesunden Zähnen schaden sie nicht, da der Zahnschmelz härter ist als diese Putzkörper. Bestimmte Tenside in der Zahnpasta sorgen für die Schaumbildung: Der Kontakt der Zahnpasta zu den Zähnen wird verbessert und der Zahnbelag kann durch Schaum besser entfernt werden.



Kaufen Sie für kleine Kinder bis etwa sechs Jahren eine spezielle Kinderzahnpaste, die dem Alter entsprechend weniger Fluorid enthält. Kinder mögen ihren milderen Geschmack außerdem lieber als den der normalen Zahncreme.

Welche Zahnpasten gibt es?

Im Handel werden verschiedene Spezialzahnpasten angeboten, zum Beispiel für besonders sensible Zähne. Sie enthalten Wirkstoffe, die freiliegende Zahnhäse etwas unempfindlicher machen und in der Regel auch weniger Putzkörper als normale Zahnpasten. Sie können die Beschwerden bei frei liegenden Zahnhäsen aber nur lindern, nicht beseitigen. Kommen Sie daher zur Abklärung der Ursachen in unsere Praxis.

Einige Zahnpasten enthalten entzündungshemmende Stoffe wie Pflanzenextrakte oder Wirkstoffe gegen Zahnstein. Sie können zwar die Heilung von Entzündungen unterstützen bzw. vorbeugen und die Neubildung von Zahnstein hemmen – einen Zahnarztbesuch ersetzen diese Spezialpasten nicht.

Daneben werden Zahnpasten angeboten, die Sie auch verwenden können, wenn Sie gegen einen Bestandteil der gängigen Zahncremes allergisch sind. Diese enthalten kein Menthol, teilweise auch keine anderen ätherischen Öle und nur wenige Geruchs- und Geschmacksstoffe. Sie können auch während homöopathischer Behandlungen weiter benutzt werden.

Beliebt sind spezielle Zahnpasten für besonders weiße Zähne. Sie entfernen Verfärbungen durch Tee, Kaffee oder Tabak zwar besser als andere Zahnpasten. Allerdings enthalten sie auch gröbere Schleifkörper oder Säuren, um die Beläge besser zu lösen. Beide Stoffe können bei regelmäßiger Anwendung schädlich für den Zahn, vor allem für den Zahnschmelz sein. Weißmachende Zahnpasten sollten nur bei gesunden Zähnen angewendet werden, ansonsten können diese Inhaltsstoffe eher schaden.

Eine professionelle Zahnreinigung beim Zahnarzt hingegen entfernt nicht nur diese unschönen Verfärbungen, sondern auch Zahnstein und bakterielle Beläge in Zwischenräumen und Nischen im Mund. Sie trägt damit zur Vorsorge von Karies und Parodontitis bei.

An der natürlichen Grundfärbung Ihrer Zähne ändern diese weißmachenden Pasten ohnehin nichts. Falls Sie mit Ihrer natürlichen Zahnfarbe nicht zufrieden sind, kommt vielleicht ein Bleaching für Sie in Frage.

Bei der Auswahl der für Sie richtigen Zahnpasta helfen wir Ihnen gerne. Sprechen Sie uns bei Ihrem nächsten Besuch darauf an.

Checkliste

- Kaufen Sie eine fluoridierte Zahnpasta. Fluorid härtet Ihren Zahnschmelz und macht ihn widerstandsfähiger gegen Kariesbakterien.
- Spezialzahncremes zum Beispiel für sensible Zähne können die Ursachen für Ihre Beschwerden nicht beseitigen, sondern nur lindern. Kommen Sie bei empfindlichen Zähnen zu uns in die Praxis, wir können den Ursachen nachgehen und geeignete Maßnahmen ergreifen.
- Effektiver und schonender als Spezialzahnpasten für weiße Zähne ist eine professionelle Zahnreinigung.
- Greifen Sie für Ihre Kinder bis zu einem Alter von etwa sechs Jahren zu einer speziellen Kinderzahnpaste mit geringerem Fluoridgehalt.

FAQs

Ich trinke viel Kaffee und Tee und möchte bräunliche Verfärbungen auf den Zähnen vermeiden. Können Sie mir eine Zahnpasta für weiße Zähne empfehlen?

Diese Spezialzahnpasten sind nicht uneingeschränkt zu empfehlen, da sie im Vergleich zu normalen Pasten gröbere Putzkörper („Schmirgelstoffe“) oder Säuren enthalten. Wenn Ihre Zähne gesund sind, können Sie sie zwar verwenden. Sind Ihre Zähne jedoch schon vorgeschädigt oder liegen Zahnhälse frei, können diese Spezialzahnpasten von Nachteil sein. Lassen Sie Verfärbungen daher besser durch eine professionelle Zahnreinigung entfernen. Diese dient nicht nur der Zahnästhetik, sondern auch Ihrer Zahn- und Mundgesundheit.

Warum gibt es eigentlich spezielle Zahnpasten für Kinder?

Kleine Kinder sind noch nicht so geschickt beim Zähneputzen und verschlucken häufig einen Teil des Zahnpastaschaums. Mit einer normalen Zahnpasta könnten die Kleinen daher eine zu hohe Menge an Fluorid aufnehmen, was beispielsweise zu Zahnflecken führen kann. Daher ist die Fluoridkonzentration in Kinderzahnpasta geringer (maximal 0,05 Prozent oder 500 ppm) als in normalen Zahnpasten. Ab einem Alter von sechs Jahren können die Kinder normale Zahnpasta mit 0,1 bis 0,15 Prozent (1000 bis 1500 ppm) Fluoridgehalt benutzen. Meist mögen sie den Geschmack der Erwachsenenzahnpasta nicht oder sie sind wegen der ätherischen Öle (zum Beispiel Menthol) zu „scharf“. In diesem Fall können Sie eine spezielle Kinderzahnpasta mit dem Fluorid-Gehalt einer Erwachsenepasta kaufen.