



## Zahnbürsten-Check-up: Tipps für die richtige Modellauswahl

Von *Dr.Christoph\_Sliwowski*

Erstellt am 14 Sep 2017 - 15:57

Düsseldorf im September 2017. Beim Kauf einer neuen Zahnbürste fühlen sich die meisten Menschen aufgrund der vielfältigen Produktpalette überfordert. Nicht nur das große Markenangebot, sondern auch die verschiedenen Bürstentypen sorgen für Verwirrung. „Grundlage für eine optimale Mundhygiene stellt neben regelmäßiger Anwendung vor allem die richtige Auswahl einer geeigneten Zahnbürste dar“, weiß Dr. Christoph Sliwowski, Leiter der Zahnimplantat-Klinik Düsseldorf im St. Vinzenz-Krankenhaus. Welcher Typ sich für wen eignet, erläutert der Zahnexperte im Folgenden.

### Elektrische Unterstützung

Neben gewöhnlichen Hand- und elektrischen Rotationszahnbürsten finden sich mittlerweile auch weitere Modelle wie Schall- und Ultraschallzahnbürsten im Badezimmer wieder. Schallzahnbürsten setzen ihren Bürstenkopf mit hochfrequenten mechanischen Schwingungen in Bewegung. Mit 30.000 Schwingungen pro Minute erzeugen sie bis zu zehnmal so viele wie herkömmliche Rotationszahnbürsten. Doch es geht noch schneller: Ultraschallzahnbürsten produzieren elektromagnetische Wellen mit einer Frequenz von 1,6 Millionen Impulsen pro Sekunde und reinigen somit wesentlich effektiver. Weitere Vorteile: Lästiges Schrubben entfällt und der schwammartige Aufsatz gleitet ohne Druckausübung an den Zähnen entlang. „Gerade bei wiederkehrenden Zahnfleischproblemen oder für Implantatträger bietet sich dieses schonende Verfahren besonders an“, erklärt Dr. Christoph Sliwowski. Generell erzielen elektrische Zahnbürsten bessere Putzergebnisse gegenüber dem Handmodell und stellen deswegen für ältere Menschen und Kinder, mit nachlassender beziehungsweise grober Handmotorik, die bessere Wahl dar. Wer jedoch über eine richtige Technik verfügt und sich genügend Zeit nimmt, erreicht auch mit der günstigen Handzahnbürste gewünschte Erfolge.

### Blickpunkt Borsten

Für eine sorgfältige Mundhygiene gehört die Wahl der Borsten zu den wichtigsten Voraussetzungen. Wer auf eine weiche bis mittelharte Beschaffenheit achtet, verhindert Verletzungsgefahr am Zahnfleisch. Zudem empfehlen sich abgerundete Kunststoffborsten, da biologische Naturborsten Hohlräume enthalten und als Bakterienträger gelten. „Aus hygienischer Sicht sind Materialien wie Nylon am besten geeignet, weil Bakterien und Keime nur sehr schwer an ihnen haften bleiben“, betont Dr. Christoph Sliwowski. Mit kleinem Borstenfeld lassen sich außerdem die hinteren Backenzähne mühelos erreichen. Um besser in den Bereich zwischen den Zähnen zu gelangen, empfehlen sich gekreuzte Stellungen oder sogenannte Hoch-Tief-Profile.

### Zusätzliche Helfer

Selbst die besten Zahnbürsten erfassen die schwer zugänglichen Zwischenräume nicht vollständig. Daher bedarf es weiterer Hilfsmittel, um sich vor Kariesbakterien bestmöglich zu schützen. Mundduschen entfernen festsitzende Essensreste grob mit einem Wasserstrahl. Anschließend Feinarbeiten erfolgen durch Zahnseide oder Interdentalbürsten. Für ein anhaltendes Frischegefühl kommen zum Schluss Mundspülungen zum Einsatz. „Trotz aller Maßnahmen ist der jährliche Zahnarztbesuch unumgänglich und sollte deshalb nicht erst bei akuten Schmerzen wahrgenommen werden“, erläutert Dr. Christoph Sliwowski abschließend.

Weitere Informationen unter [www.zahnimplantat-klinik-duesseldorf.de](http://www.zahnimplantat-klinik-duesseldorf.de) [1]



- [Arzt, Praxis und Qualifikationen](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 06:45):** <http://www.medkom24.eu/node/22626>

### Links:

[1] <http://www.zahnimplantat-klinik-duesseldorf.de>