

Leitfaden bei Eingliederung von neuem Zahnersatz

Die Eingliederung von neuem Zahnersatz erfordert besondere Pflege und Aufmerksamkeit. Hier sind die wichtigsten Regeln in **10 Schritten** für Sie zusammengefasst:

1. Gewöhnung an den Zahnersatz:

- Anfangs kann der Zahnersatz unangenehm sein und Druckgefühle verursachen.
- Geben Sie sich Zeit zur Gewöhnung. Die Beschwerden sollten nach einigen Tagen nachlassen.
- Bei Schmerzen oder starkem Druck – Zahnarzt konsultieren.

2. Korrekte Zahnpflege:

- Zähne und Zahnersatz regelmäßig und vorsichtig putzen, um Plaque und Bakterien zu vermeiden.
- Vollprothesen abends herausnehmen und gründlich reinigen.
- Krone oder Brücke: Zahnseide oder Zahnzwischenraumbürsten verwenden.

3. Vermeidung von Kauen auf der falschen Seite:

- In den ersten Tagen weiche Lebensmittel essen und auf der betroffenen Seite nicht kauen.
- Bei Prothesen auf der gegenüberliegenden Seite kauen, um Druck zu verteilen.

4. Sitz des Zahnersatzes:

- Bei lockerem oder schmerzhaftem Zahnersatz sofort Zahnarzt aufsuchen.
- Vollprothesen können anfangs nicht perfekt sitzen, Anpassungen zur Optimierung sind möglich.

5. Vermeidung von extremen Belastungen:

Keine harten oder zähen Lebensmittel wie Nüsse oder Eis kauen.
Bei Zähneknirschen kann der Zahnarzt eine Schiene empfehlen.

6. Kontrolltermine beim Zahnarzt:

Regelmäßige Kontrolltermine wahrnehmen.
Anpassungen bei Veränderungen von Zähnen oder Zahnfleisch.

7. Vermeidung von Alkohol und Tabak:

- Rauchen reizt das Zahnfleisch und die Mundschleimhaut. Zudem kann es den Zahnersatz verfärben und seine Haltbarkeit beeinträchtigen.
- Auch Alkohol kann den Sitz des Zahnersatzes beeinträchtigen und besonders den Halt einer Prothese im Mund verringern.

8. Beobachtung von Komplikationen:

- Bei Rötungen, Blutungen oder Schwellungen sofort Zahnarzt aufsuchen.
- Nachjustierung bei wackelnder Prothese oder Druckstellen.

9. Richtige Lagerung von Zahnersatz (für Prothesen):

- Vollprothesen nachts in Wasser oder spezieller Lösung aufbewahren.
- Prothesen vorsichtig handhaben, um Beschädigungen zu vermeiden.

10. Anpassung an das Aussehen:

- Nach der Eingliederung von Zahnersatz, besonders bei Vollprothesen, kann es etwas Zeit in Anspruch nehmen, sich an das neue Aussehen und Gefühl im Mund zu gewöhnen. Falls der Zahnersatz nicht natürlich aussieht oder sich nicht gut anfühlt, sprechen Sie mit Ihrem Zahnarzt über mögliche Anpassungen.