

Umgang mit Zahnprothesen

Lernen mit neuen Prothesen umzugehen, braucht Zeit und Geduld.

Hier finden Sie einige Informationen, die Ihnen das Leben mit Ihrer Zahnprothese erleichtern können. Natürlich stehe ich Ihnen auch persönlich für allfällige Fragen zur Verfügung.

Druckstellen

Tage oder Wochen nach dem Einsetzen der dritten Zähne, wenn das Vertrauen in die neue Prothese gestiegen ist und Sie kräftiger zu kauen beginnen, können schmerzhafte Druckstellen entstehen. Das Zahnfleisch wird stärker belastet und kann sich örtlich entzünden.

Melden Sie sich umgehend, damit die Druckstellen entlastet werden können.

Essen

Essen Sie zu Beginn langsam und gleichmässig mit kleinen, weichen Bissen.

Kauen Sie abwechselnd auf beiden Seiten für eine gleichmässige Belastung der Kieferkämme.

Versuchen Sie härtere Lebensmittel abzubeissen, indem Sie die Speise nach hinten oben gegen die Schneidezähne drücken und mit den unteren Zähnen zubeissen.

Sprache

Wenn Sie Mühe mit der Aussprache der Konsonanten (s, sch, z, f) haben, hilft lautes Lesen und langsames, bewusstes Sprechen.

Reinigung

Idealerweise spülen Sie die dritten Zähne nach jedem Essen mit Wasser und reinigen sie mindestens abends mit Prothesen-Reinigungsmittel (keine normale Zahnpasta oder Seife!).

Die Restbezahnung, sowie Wurzeln, Verankerungen und Implantate werden mit einer herkömmlichen Zahnbürste und Zahnpasta gepflegt.

Vorteilhaft ist auch das Reinigen des Gaumens und der Zunge mit einer weichen Zahnfleisch-bürste resp. einem Zungenschaber. Damit kann der Entstehung eines schädlichen Belages durch Bakterien vorgebeugt werden.

TIPP: Füllen Sie bei der Prothesenreinigung Ihr Lavabo mit Wasser oder legen Sie ein Tuch hinein.

Wenn Ihnen die Prothese aus der Hand rutscht, nimmt sie keinen Schaden.

Besonders Porzellanzähne sind sehr empfindlich auf harte Schläge.

Schlafen

Tragen Sie die Prothese wenn möglich auch nachts. Die Gewebe verändern sich weniger und Ihre dritten Zähne passen länger.

Unterhalt, Änderungen und Reparaturen

Da sich Ihre Kieferkämme mit der Zeit verändern, ist es nötig Ihre Prothese regelmässig zu überprüfen und eventuell anzupassen (z.B. Unterfütterung).

TIPP: Alle ein bis zwei Jahre den Gesundheitszustand Ihres Mundes, die Passung und den Biss Ihrer Zähne kontrollieren lassen.

Eine defekte Prothese sollte so schnell wie möglich repariert werden.