

Mundhygieneinstruktion und Pflegemotivation in der Prophylaxesitzung

Zwar kommt eine Parodontitis auch in einem ordentlich gepflegten Gebiss vor (siehe auch Kapitel [Risikofaktoren der Parodontitis](#)), aber im Grunde ist die Parodontitis eine Infektionskrankheit, bei der die Elimination der Plaque und besiedelnden Bakterien die entscheidende Rolle spielt. Mit anderen Worten, im Erkrankungsfall ist mit der Zahnpflege etwas schief gelaufen. Folgerichtig steht am Anfang einer erfolgreichen Therapie die Analyse der Fehler, die Motivation diese anzugehen und das Training unter Anleitung in der Prophylaxesitzung.



Plaquerelevatoren zeigen Zahnbeläge auf

Mundhygiene: optimale Pflege durch Motivation und richtige Zahnputztechnik

Die Schulung der richtigen Zahnpflege erfolgt dabei von einer fachlich speziell weiter gebildeten Zahnarzhelferin, der zahnmedizinischen Prophylaxe-Helferin (ZMP) oder Dentalhygienikerin. Meistens werden diese Instruktionen übrigens im Zusammenhang mit einer [professionellen Zahnreinigung](#) durchgeführt und umfassen folgende Punkte:

Aufklärung über die Parodontose: Ursachen und Folgen

Eine nicht ganz angenehme Behandlung durchzuhalten, ohne zu wissen, um was es geht, wird den meisten Menschen schwer fallen. Wer dagegen verstanden hat, wie es zu dieser Erkrankung kommen konnte, welche Auswirkungen und Risiken sie hat, der wird ein mündiger Partner in der Behandlung sein. Nur wenn Behandler und Patient an einem Strang ziehen, sind die Erfolgschancen hoch.

Zahnpflege: Was ist gut, wo liegen die Probleme?

Wie gut ist eigentlich die bisherige Mundhygiene auf die Zahnbett-Problematik ausgerichtet und wo gibt es Steigerungspotential? Diese Fragen beantworten die [Mundhygieneindizes](#). Sie dienen nicht nur der Bestandsaufnahme vor Therapiebeginn, sondern auch der Verlaufskontrolle. Sie sind vergleichbar mit Trainingsergebnissen im Fitnessstudio. Tests und Noten sind zwar für einen mündigen Erwachsenen eine bittere Pille, aber ohne Standortbestimmung sind kaum Ziele zu erreichen.

Ziele erreichbar machen: Motivation für Pflege und Lebensgewohnheiten

Natürlich putzt kein Mensch perfekt, es ist immer Luft nach oben. Hier gilt es aber nicht nur das Glückseligkeit durch den perfekten Gebrauch der Zahnbürste zu predigen. Oftmals muss für eine

grundlegende Änderung von Lebensgewohnheiten in Bezug auf Ernährung und andere Angewohnheiten (Risikofaktoren) geworben werden. Rauchen könnte aufgegeben oder reduziert werden, und auch Stressbewältigung kann ein Faktor sein.

Richtige Putztechnik und Einsatz optimaler Hilfsmittel

Durch Überprüfen der realen Putzleistung (Pflegeindizes) können individuelle Defizite erkannt und damit auch gezielte Verbesserungen der häuslichen Mundhygiene umgesetzt werden. Individuelle Lösungen sollten den gezielten Einsatz von Hilfsmitteln umfassen. Nicht jeder Patient kommt mit [Zahnseide](#) und/oder [Zahnzwischenraumbürsten](#) klar. Eine [Munddusche](#) muss dann in Erwägung gezogen werden.

Ist die Putztechnik erfolgreich? Wenn nicht, ist der Umstieg auf eine [elektrische Zahnbürste/Schallzahnbürste](#) zu empfehlen.

Fazit:

Nur durch Erkenntnis und Kommunikation werden Behandler und Patient ein erfolgreiches Team in der Optimierung der Mundhygiene und Behandlung der Parodontitis.

Literatur:

Klaus-Dieter Hellwege, Die Praxis der zahnmedizinischen Prophylaxe: Ein Leitfadens f. d. Individual-, Gruppenprophylaxe u. initiale Parodontaltherapie, Thieme, 6. Auflage (2003)

H. F. Wolf, K. u. E.M. Rateitschak, Band 1: Parodontologie: Farbatlanten der Zahnmedizin Thieme; 3. Auflage (2012)

Jamal M Stein, Georg Conrads et al., Moderne Parodontologie in der Praxis: Band 1: Grundlagen, Klassifikation und Diagnostik, Spitta Verlag, 2010

Bildquelle: Fotolia