



### Was ist Prophylaxe?

Prophylaxe hat viel mit „Profi“ zu tun, jedoch nichts mit „lax sein.“ Somit liegt es an Dir, Deinen Zähnen – im wahrsten Sinne des Wortes – im Leben eine eindrucksvolle Stellung zu erhalten. Selbstverständlich stehen Dir Dein Zahnarzt und sein Team bei der Vermeidung und Früherkennung von Karies und Parodontitis mit Rat und Tat zur Seite. Denn: Vorbeugen ist bekanntlich besser als bohren!

### Warum ist Prophylaxe so wichtig?

Mehr als uns bewusst ist, beeinflussen gesunde und schöne Zähne unser Wohlbefinden und die Harmonie unseres Gesichts. Bestes Beispiel: Lachen macht Freu(n)de und beim herzhaften Lachen zeigt Du Deine Zähne. Vorbeugende Maßnahmen helfen Dir deshalb

- ▶ Dein individuelles Karies- und Parodontitisrisiko deutlich zu verringern,
- ▶ Deine natürlichen Zähne und hohen Kaukomfort Dein Leben lang zu erhalten,
- ▶ Deine Chancen zu optimieren, nie Zahnersatz zu benötigen,
- ▶ langfristig erheblich an Kosten zu sparen,
- ▶ Dich guten Gewissens gesund und attraktiv zu fühlen.

### Prophylaxe – ein Leben lang

Zähne gut – Alles gut! Ein perfektes Gebiss schenkt die Natur jedoch nur wenigen. Dabei ist es heute keine Utopie mehr, schöne und gesunde Zähne zu haben – und dies ein Leben lang. Die richtig strukturierte Individualprophylaxe hilft Dir, bei konsequenter Durchführung, die Zivilisationskrankheiten Karies und Parodontitis weitgehend zu vermeiden. Spreche deshalb mit uns über Dein ganz persönliches Vorsorge-Programm. Du wirst sehen, es lohnt sich!

### Was sind Dir mehr Gesundheit und Lebensqualität wert?

Die Individualprophylaxe gegen Karies und Zahnfleischerkrankungen hilft Dir, Deine so genannte Mundgesundheit zu erhalten, Dich wohl zu fühlen und Deiner natürlichen Ausstrahlung in jeder Lebenssituation Geltung zu verschaffen.

Klar, die schönen Seiten des Lebens kosten Geld – ob Sport, Events, Styling oder was immer Dir am Herzen liegt ...

Dein persönliches Vorsorge-Programm, das wir Dir gerne erstellen, ist eine hochwertige Leistung, deren Kosten von den gesetzlichen Krankenkassen nicht übernommen werden.

Lediglich die Versiegelung der Backenzähne zur Kariesverhütung wird von der gesetzlichen Krankenkasse für Jugendliche bis 18 Jahre getragen.

Also liegt es an Dir, zu entscheiden, was Dir mehr Zahngesundheit und Lebensqualität wert sind. Der Betrag, den Du oder Deine Eltern zwei- bis viermal jährlich als Eigenleistung dafür aufbringen, ist jedenfalls gering im Vergleich zu den Kosten für Folgeschäden aufgrund versäumter Prophylaxe.

Überreicht durch:

**Dr. (IMF Klausenburg)  
Richard Bozsak**  
Zahnarzt  
Ingolstädter Straße 136  
90461 Nürnberg  
Tel. 09 11 / 44 00 54

Best.-Nr. 2851

Praxisstempel

## FÜR JUGENDLICHE



INDIVIDUAL-PROPHYLAXE

Entscheide Dich für gesunde  
Zähne ein Leben lang!

Entscheide Dich für gesunde Zähne ein Leben lang!

### Professionelle Zahnreinigung

Wer will nicht gerne mit schönen weißen Zähnen glänzen und das in der Gewissheit, in seine Zukunft zu investieren?!

Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen ganz klar, dass die professionelle Zahnreinigung neben der häuslichen Mundhygiene das Kernstück jedes Vorsorgeprogramms ist.

Dabei werden Deine Zähne von einer Fachkraft mit speziellen Instrumenten vollkommen schmerzfrei von allen Zahnbelägen befreit, gründlich poliert und abschließend durch ein fluoridhaltiges Spezialgel für einige Monate säure- und kariesresistenter gemacht. Neben sichtbar sauberen Zähnen mit fühlbar glatter Oberfläche genießt Du auch ein super Frischegefühl.



### Persönliches Kariesrisiko

Mit dem Wort Karies bezeichnet die Zahnmedizin eine Erkrankung, welche die schützenden Zahnhartsubstanzen der Zähne, z. B. den Zahnschmelz, langsam zerstört. Du wirst jedoch nicht mit Karies geboren. Das individuelle Karies-Risiko hängt nämlich vor allem von Ernährungsgewohnheiten ab. Dein individuelles Karies-Risiko kann durch einen einfachen mikrobiologischen Speicheltest schnell ermittelt werden.

### Parodontale Grunduntersuchung

Ist Dein Zahnfleisch gesund? Blutendes Zahnfleisch und Mundgeruch sind oft erste Anzeichen einer Zahnfleischerkrankung, der so genannten Gingivitis, ausgelöst durch Zahnbeläge und Plaque-Bakterien. Unbehandelt führt die Gingivitis häufig zu einer Entzündung des Zahnhalteapparates (Parodontitis), Schwund der Stützknochen und schließlich zum Ausfallen der Zähne. Lass es auf keinen Fall soweit kommen!

Die schmerzfreie parodontale Grunduntersuchung zeigt uns, wie es um Dein Zahnfleisch bestellt ist, ob es sich von Deinen Zähnen löst oder ob alles o. k. ist.

Aber nur die regelmäßige und vollständige Entfernung aller Zahnbeläge und Bakterien im Rahmen einer Parodontitis-Prophylaxe garantiert Dir saubere Mundhygieneverhältnisse für die Zukunft.

### Fluoridierung

Die Fluoridierung ist eine „Fitness-Kur“ für Deine Zähne und spielt in der Karies-Prophylaxe eine zentrale Rolle. Im Rahmen Deines persönlichen Vorsorge-Programms werden Deine Zähne von uns deshalb nach gründlicher Reinigung mit einem fluoridhaltigen Haftlack versiegelt. Hierdurch bekommt Dein Zahnschmelz eine wesentlich geringere Säurelöslichkeit und wird resistenter gegen Plaque-Bakterien.

### Häusliche Mundhygiene

Gesunde Zähne und gesundes Zahnfleisch sind kein Zufall! Eine wichtige Voraussetzung dafür leistet die richtige und regelmäßige häusliche Mundhygiene. Welche Zahnbürste und Putzmethodede dabei für Dich am geeignetsten sind, hängt von Deiner individuellen Mundsituation ab.

#### Grundsätzlich aber gilt:

- › verwende zum Zähneputzen nur fluoridhaltige Zahnpasta
- › putze Deine Zähne möglichst nach jeder Mahlzeit

FÜR JUGENDLICHE



- › reinige Deine Zähne und Zahnzwischenräume insbesondere abends vor dem schlafen gehen gründlich und vollständig (5 Minuten).

Dennoch, zur erfolgreichen Zahnpflege gehört mehr als der richtige Einsatz von Zahnbürste, Zahnpaste und Zahnzwischenraumreiniger. Wir halten deshalb für Dich Prophylaxe-Konzepte bereit, die Deine Zähne glatt, sauber und ein Leben lang gesund erhalten können. Komm einfach mal unverbindlich in unsere Sprechstunde!



### Ernährung

Durch übermäßigen Verzehr zuckerhaltiger Speisen bilden sich Plaque-Bakterien. Diese führen dazu, dass Dein Speichel von seinem normalen pH-Wert zwischen 6 und 7 in den sauren Bereich absinkt (Werte unter 5) und schützende Mineralien aus dem Schmelz Deiner Zähne herausgelöst werden.

Für eine zahnfreundliche Ernährung gilt

Konsumiere möglichst wenig zuckerhaltige Speisen und Getränke. Besser sind 3-4 Mahlzeiten pro Tag mit ausreichend Grundnahrungsstoffen sowie Vitaminen, Mineralien und Spurenelemente, als viele kleine, zuckerreiche Zwischenmahlzeiten und Getränke.

### Aktion Zahnfreundlich

Dieses Symbol kennzeichnet Süßwaren, die keinen Karies verursachen.



INDIVIDUAL-PROPHYLAXE