

## Jetzt soll es mit der Behandlung losgehen!

### Vier Ideen sollen das Gerüst für eine erfolgreiche Behandlung sein:

#### Eine positive Einstellung zur Behandlung:

- eine gute Mitarbeit ist das Fundament für das Gelingen der Behandlung. Das sollte nicht schwer fallen, wenn als Ziel schöne Zähne winken.

#### Eine gute Mitarbeit:

- unsere Anweisungen zum Umgang und zum Tragen der Behandlungsgeräte sind unbedingt zu befolgen. Nur so führt die Zahnregulierung zum Erfolg.
- das Einhalten der Behandlungstermine ist Voraussetzung für einen reibungslosen Behandlungsablauf.
- sollten Sie einmal zum vereinbarten Termin verhindert sein, teilen Sie es uns bitte rechtzeitig mit.

#### Eine gute Zahnpflege: Ein sauberer Zahn geht nicht kaputt!

- nur gründliches und regelmäßiges Zähneputzen nach jedem Essen kann vor Zahnverfärbungen und Karies schützen.
- die Zahnbürste ist das wichtigste Hilfsmittel bei der Zahnreinigung. Die Bürste sollte spätestens alle 3 Monate ausgetauscht werden.
- die Zwischenraumzahnbürste ist zur Zahnreinigung bei einer festen Klammer zusätzlich erforderlich.
- eine Munddusche erleichtert das Entfernen von groben Speiseresten, sie ist aber kein Ersatz für die Zahnbürste.
- Fluorid Gel, 1x pro Woche angewendet macht den Zahn widerstandsfähiger gegen Karies.
- es sollten professionelle Zahnreinigungen durch unser geschultes Praxispersonal erfolgen.
- die regelmäßige Zahnputzkontrolle gibt Auskunft über den Stand der Zahnpflege.

#### Eine gesunde Ernährung:

- gesunde Zähne hängen wesentlich von unseren Essgewohnheiten ab.
- Hauptfeinde der Zähne sind: Alle Süßigkeiten, süße Zwischenmahlzeiten, süße Getränke wie z.B. Cola, Limo oder Eistee. Auch einseitige, vital- und mineralstoffarme Nahrung gehört dazu, wie z.B. Chips oder Fast Food.
- zur zahngesunden Ernährung gehören: Obst, Gemüse, Salate, Milchprodukte wie Buttermilch, Joghurt, Quark.
- nicht naschen zwischen den Mahlzeiten.