

Kann ich Zahnstein selbst entfernen?

Macht er sich anfangs durch ein gelblich weißes Aussehen bemerkbar, so nimmt er mit der Zeit eine bräunliche oder sogar schwarze Tönung an – Zahnstein. Doch nicht nur ästhetisch ist der mineralisierte Zahnbelag ein Problem: Er erhöht das Risiko für eine Zahnfleischentzündung. Unbehandelt kann diese auf den gesamten Zahnhalteapparat übergreifen. Es drohen Zahnverlust und ernsthafte gesundheitliche Folgen. Gegen die Ablagerungen helfen weder gründliches Spülen und Zähneputzen noch andere Selbsthilfe-Maßnahmen. Auch wenn in Internet-Ratgebern immer mal wieder Backpulver oder Zitronensaft als natürliche Hausmittel angesprochen werden, ist davon strikt abzuraten: Die darin enthaltenen Säuren und Schmirgelsubstanzen bewirken das Gegenteil des gewünschten Effekts. Sie zer-

Expertenwissen



Dr. Jochen H. Schmidt

Der zahnärztliche Leiter des Carree Dental in Köln besitzt den akademischen Zusatztitel des „Master of Science in Oral Implantology and Surgery“

stören den Schmelz. Zähne und Zahnfleisch könnten verletzt werden. Bei Zahnstein bleibt also nur der Gang zum Zahnarzt. Dieser entfernt mit speziellen Geräten oder Ultraschall den verhärteten Belag auf den Zahnoberflächen, oft in Kombination mit einer professionellen Zahnreinigung. Ob zweite oder dritte Zähne – das A und O der Zahnstein-Prävention ist eine gründliche Mundhygiene. Um Risiken wie Zahnstein frühzeitig zu erkennen, empfiehlt sich zudem zweimal jährlich eine Kontrolluntersuchung beim Zahnarzt und alle sechs Monate eine professionelle Zahnreinigung.

FOTO PR. ILLUSTRATION SHUTTERSTOCK



Hocheffektive,
ultrasonante
Mundpflege mit
Natur-Perl-System



PZN
100 ml-Tube 17520488
15 ml-Tube 17520494

Optimaler Karies- und Zahnfleischschutz

Besonders zu empfehlen

- für natürlich weiße Zähne
- bei erhöhter Belagsbildung (Nikotin, Kaffee, Tee, Rotwein)
- für Spangenträger
- bei Kronen und Zahnersatz
- für die 3x tägliche Zahnpflege

Kostenlose Proben und Direktbezug:
email an bestellung@pearls-dents.de,
Betreff: „PTA Woman“



Dr. Liebe Nachf. GmbH & Co. KG
D-70746 Leinfelden-Echterdingen

www.pearls-dents.de/apotheken