

Was ist zu tun bei einer Zahnfleischentzündung?

Unsere Tipps und Tricks

- ➔ Putzen Sie **gründlich**, aber ohne zu großen Druck mindestens 2x am Tag die Zähne und nutzen Sie unbedingt **Zahnseide**! Es empfiehlt sich eine Zahnbürste mit weichen Borsten.
- ➔ Putzen Sie ihre Zähne nach dem Essen, um Bakterien und einer Entzündung keine Chance zu geben.
- ➔ Nutzen Sie regelmäßig eine **antibakterielle Mundspülung**, z.B. mit einem Anteil Teebaumöl, um die Zahnfleischentzündung einzudämmen.
- ➔ Sie können zusätzlich eine spezielle Salbe verwenden, die bei der Heilung unterstützt. Dazu beraten wir Sie gerne!
- ➔ Konsumieren Sie **weniger zuckerhaltige Lebensmittel** und spülen Sie ihren Mundraum nach jeder Mahlzeit mindestens mit Wasser aus.
- ➔ Besuchen Sie regelmäßig Ihre Zahnärztin/ Ihren Zahnarzt und zögern Sie dies nicht hinaus. Vor allem bei einer chronischen Zahnfleischentzündung sollten Sie Ihren Zahn- und Zahnfleischstatus **regelmäßig prüfen lassen**.

Bei Fragen kontaktieren Sie uns gerne!