

Einige Tipps, um Zahnüberempfindlichkeit zu verhindern:

- Putzen Sie die Zähne zweimal täglich und verwenden Sie Zahnseide, um Zahnfleischerkrankungen vorzubeugen
 - Alle Mundbereiche putzen, einschließlich Zahnzwischenräume und am Zahnfleischrand entlang
- Sanft putzen und eine Zahnbürste mit weichen oder mittelharten Borsten verwenden
 - Das trägt zur Prävention von Zahnfleischrückbildung bei und schützt vor Zahnschmelzabtragung
- Säurehaltige Nahrungsmittel und Getränke vermeiden

Sprechen Sie bei anhaltender Überempfindlichkeit mit Ihrem Zahnarzt. Er wird Sie individuell beraten.



Fakten auf einen Blick: Zahnüberempfindlichkeit

- Eine Zahnüberempfindlichkeit äußert sich in dem Schmerz, der sich u. U. beim Genuss von heißen und kalten Nahrungsmitteln bzw. Getränken äußert.
- Überempfindlichkeit stellt sich bei Rückbildung des Zahnfleisches oder Verlust von Zahnfleischgewebe ein. Dadurch werden Zahnhals und u. U. Zahnwurzel freigelegt, was zu einer Überempfindlichkeit führen kann.
- Eine Zahnbürste mit weichen Borsten oder mittlerer Borstenhärte verwenden, um eine Verletzung des Zahnfleisches und der Zähne zu vermeiden.
- Lassen Sie sich von Ihrem Zahnarzt ausserdem eine Spezialzahncreme für überempfindliche Zähne empfehlen.



Sprechen Sie mit Ihrem Zahnarzt oder besuchen Sie www.oralb.de, um weitere Tipps zur Prävention von Zahnüberempfindlichkeit zu erhalten.



Oral-B®

M u n d g e s u n d h e i t z ä h l t

Was ist eine Zahnüberempfindlichkeit?

Zahnüberempfindlichkeit ist der Schmerz, der sich u.U. beim Genuss von heißen oder kalten Nahrungsmitteln bzw. Getränken einstellt. Auch das Einatmen von kalter Luft kann schmerzhaft sein.

Überempfindlichkeit kann sich bei Rückbildung des Zahnfleisches oder Verlust von Zahnfleischgewebe einstellen. **Zahnfleischrückbildungen** können die Folge von zu kräftigem Zähneputzen oder Unterlassung des regelmäßigen Zähneputzens und der Verwendung von Zahnseide sein.

Beim Auftreten einer Zahnfleischrückbildung kann der Teil des Zahnes unter dem Zahnfleischrand freigelegt werden. Dieser Teil des **Zahnes** wird **Zahnhals** genannt. Die Zahnhartsubstanz weist winzige Kanäle auf, die eine Flüssigkeit enthalten. Diese Flüssigkeit kann durch Hitze oder Kälte eine Reizung des Nerven auslösen. Dieses wird als Schmerz empfunden. Das Nervenzentrum wird **Zahnmark** oder Pulpa genannt.

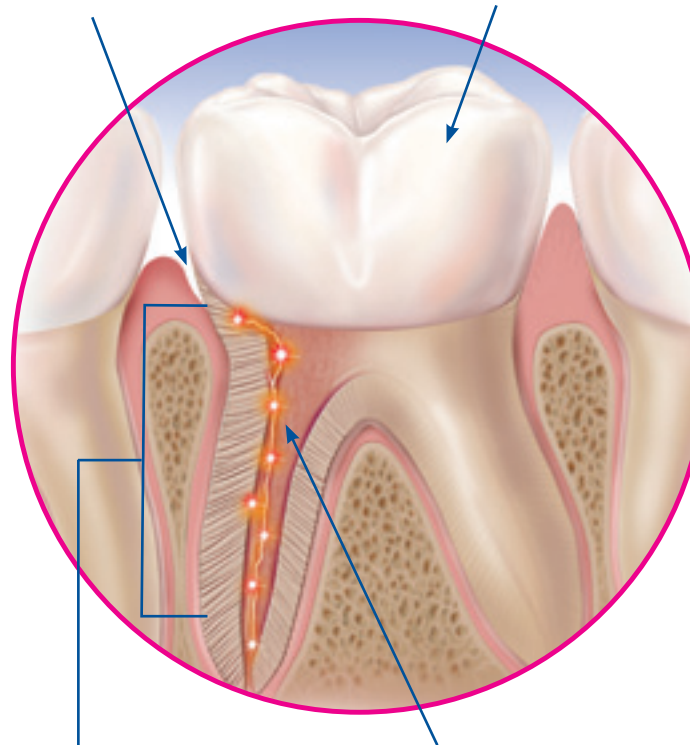
Überempfindlichkeit kann sich auch einstellen, wenn die harte Zahnoberfläche, der sog. **Zahnschmelz**, abgetragen wird.

Zahnfleischrückbildung

Zahnfleischschwund oder Ablösung des Zahnfleisches von den Zähnen

Zahnschmelz

Die harte Oberflächenschicht des Zahnes



Zahnwurzel

Der Teil des Zahnes unter dem Zahnfleisch

Zahnmark / Pulpa

Das Nervenzentrum des Zahnes

Zahnüberempfindlichkeiten können auftreten und wieder verschwinden. Wenn sie ignoriert werden, kann es zu anderen Gesundheitsproblemen im Mund führen.

Faktoren, die zu einer Zahnüberempfindlichkeit beitragen:

- Zu kräftiges Zähneputzen oder Gebrauch einer Zahnbürste mit harten Borsten
 - Das kann zu Zahnfleischrückbildung führen. Man spricht dann von Rezessionen
- Zucker- und säurehaltige Nahrungsmittel und Getränke
 - Cola/Erfrischungsgetränke, Fruchtsäfte und zuckerhaltige Snacks können Karies und Erosionen begünstigen, die zu Zahnüberempfindlichkeit führen kann
- Zähneknirschen
 - Dies kann die Zahnhartsubstanz auf den Kauflächen abtragen
- Zahnreinigungen oder -behandlungen
 - Überempfindlichkeiten können nach professionellen Zahnreinigungen oder Behandlungen wie Zahnaufhellung auftreten. Sie verschwinden in der Regel kurz nach Abschluss der Behandlung. Wenn Sie Bedenken haben, sprechen Sie mit Ihrem Zahnarzt