

Ratgeber Zahngesundheit



Zahnmythen im Faktencheck – was stimmt wirklich?

Rund um unsere Zähne gibt es viele Geschichten, die sich hartnäckig halten – vom „Karies sieht man immer“ bis zum „schlechte Zähne sind angeboren“. Doch wie viel Wahrheit steckt wirklich in diesen Aussagen? Wir räumen auf – damit Sie gut informiert lächeln können.

„Karies sieht man immer“ – leider nicht

Karies kann lange unbemerkt bleiben, gerade zwischen den Zähnen oder unter alten Füllungen. Wer denkt, dass alles in Ordnung ist, nur weil nichts wehtut, irrt sich. **Fakt:** Früh erkannt kann Karies oft ohne Bohren behandelt oder sogar durch Fluoridierung gestoppt werden. Regelmäßige Vorsorgetermine in der Praxis sind deshalb entscheidend – fast wie ein jährlicher Gesundheits-Check für Ihr Lächeln.

„Zahnpasta entscheidet alles“ – nur die halbe Wahrheit

Die Zahnpasta ist wichtig, aber nicht alles. Entscheidend sind Putztechnik, Dauer, Zahnseide oder Interdentalbürsten sowie regelmäßige professionelle Reinigung.

Praxis-Tipp: Wir zeigen Ihnen gerne, wie Sie Ihre Zähne optimal pflegen – oft reichen kleine Anpassungen im Alltag, um große Effekte zu erzielen.

„Prophylaxe ist nur für Problemfälle“ – absolut falsch

Viele denken, Prophylaxe sei Luxus oder nur nötig, wenn schon Probleme bestehen. Gerade gesunde Zähne profitieren am meisten davon! **Fakt:** Professionelle Zahnreinigung senkt das Risiko für Karies, Zahnfleischentzündungen und Parodontitis. Prophylaxe ist also eine präventive Liebeserklärung an Ihre eigenen Zähne.

„Schwangere dürfen nicht zum Zahnarzt“ – ein gefährlicher Irrtum

Zahnmedizinische Vorsorge ist gerade während der Schwangerschaft wichtig. Zahnfleisch und Immunsystem reagieren empfindlicher, Entzündungen treten schneller auf. **Fakt:** Kontrolluntersuchungen und schonende Behandlungen sind sicher und empfohlen. Röntgen nur im Notfall – alles andere ist unbedenklich.

„Wurzelbehandlungen und Zahn-OPs sind immer schmerzhaft“ – längst überholt

Moderne Anästhesie, minimalinvasive Techniken und sanfte Geräte machen Zahnoperationen heute meist schmerzfrei.



Foto: © Stock-138055844

Nachsorge und Kontrolle sorgen für schnelle Heilung und Komfort. **Praxis-Einblick:** Viele unserer Patienten staunen, wie entspannt solche Eingriffe inzwischen ablaufen.

„Dunkle Zähne = ungepflegt“ – ein Trugschluss

Zähne verfärben sich durch Alter, Lebensmittel, Getränke, Medikamente oder Füllmaterialien. Dunkle Zähne bedeuten nicht automatisch schlechte Hygiene. **Fakt:** Regelmäßige Reinigung, professionelle Zahnreinigung und ggf. Aufhellung halten Zähne strahlend – unabhängig von der Farbe.

„Je Kind verliert man einen Zahn“ – Mythos

Zahnverlust hängt nicht an der Anzahl der Kinder, sondern an Karies, Parodontitis und Pflege. Wer sich gut um seine Zähne kümmert, kann problemlos mehrere Schwangerschaften gesund überstehen.

„Schlechte Zähne sind angeboren“ – nicht die ganze Wahrheit

Genetische Faktoren spielen eine Rolle, doch Karies, Parodontitis und Zahnerhalt hängen überwiegend von Pflege, Ernährung und Vorsorge ab. Selbst wer „veranlagt“ ist, kann viel tun, um Zähne gesund zu halten.

Praxis-Tipp: Fragen statt googeln

Wenn Sie unsicher sind: Kommen Sie vorbei! Wir erklären verständlich, zeigen individuelle Pflege-Tricks und motivieren, regelmäßig Vorsorge- und Prophylaxetermine wahrzunehmen. So bleiben Ihre Zähne gesund, Mythen verlieren ihre Macht – und Ihr Lächeln strahlt ein Leben lang.

Ihr Team vom Zahnzentrum Wiblingen



Dr. med. dent. Dieter Becker und Kollegen
Pfullendorfer Straße 3
89079 Ulm/Wiblingen
Telefon 0731/45055
Telefax 0731/481975
info@zahnzentrum-wiblingen.de
www.zahnzentrum-wiblingen.de