



Zahnzwischenraumbürste

Die Anwendung von Zahnzwischenraumbürsten (Interdentalbürsten) ist relativ einfach. Aber wie mit allem bedarf es auch hier anfangs etwas Übung.

Wichtig ist die Auswahl der korrekten Größe. Da die Zahnzwischenräume oft unterschiedlich groß sind benötigen Sie unter Umständen auch mehrere Größen.

Zahnzwischenraumbürsten sollten ohne Zahnpasta verwendet werden um keine Schäden durch Schleifmittel im Zahnhalsbereich zu verursachen.

Führen Sie die Interdentalbürste von außen im rechten Winkel in den Zahnzwischenraum ein. Gelegentlich ist es hilfreich die Bürste im Unterkiefer leicht schräg von unten nach oben zu führen, im Oberkiefer von oben nach unten. Die Bürste kann auch leicht sichelförmig vorgebogen werden um besser unter den Kontaktpunkt durchzukommen. Im Seitenzahnbereich ist es hilfreich den Mund leicht zu schließen.

Zahnzwischenräume lassen sich auch von innen reinigen, dies ist insbesondere im Oberkiefer oftmals zusätzlich sinnvoll.

Die Anwendung muss mit Gefühl und ohne Gewalt erfolgen, da es sonst zu Verletzungen kommen kann.

Anfangs kann es auch bei korrekter, nicht schmerzhafter Anwendung zu Zahnfleischbluten kommen. Nach spätestens ein bis zwei Wochen sollten die Blutungen aufhören. Gesundes Zahnfleisch blutet nicht auf Berührung.

Unter Umständen kann auch der Zahnzwischenraum größer erscheinen. Auch dies ist ein Zeichen für die Gesundung und Straffung des Zahnfleisches.

Der Einsatz der Zwischenraumbürste ist täglich sinnvoll. Einmal am Tag ist hier ausreichend.