▶ Mundhygiene

## Aktuelle Studie zur Wirksamkeit von elektrischen vs. manuellen Zahnbürsten

Die Effizienz von Handzahnbürsten im Vergleich zu elektrischen Zahnbürsten unterscheidet sich bzgl. der Reduktion von Plaque und Blutungsneigung eindeutig zugunsten der elektrischen Zahnbürste. Lediglich in puncto Gingivitisreduktion konnte in einem Teil der Untersuchungen kein signifikanter Unterschied gefunden werden. Eine aktuelle Studie aus China analysierte Daten von 21 wissenschaftlichen Publikationen zum Thema.

In den meisten der hier betrachteten klinischen Studien zeigte sich die Anwendung der elektrischen Zahnbürste in der Reduktion von Plaque signifikant wirksamer. 14 Studien belegten dies hinsichtlich des Gingivaindex und 11 Untersuchungen bzgl. der Blutungsneigung. Lediglich 7 Studien dokumentierten zwischen dem Einsatz von oszillierend-rotierenden Zahnbürsten im Vergleich zu manuellen Zahnbürsten im Ergebnis keinen signifikanten Unterschied in der Reduzierung der vorliegenden Gingivitis.

IHR PLUS IM NETZ
Volltext hier mobil weiterlesen

QUELLE


- Wang P, Xu Y, Zhang J, Chen X, Liang W, Liu X, Xian J, Xie H. Comparison of the effectiveness between power toothbrushes and manual toothbrushes for oral health: a systematic review and meta-analysis. Acta Odontol Scand 2020, 78 (4): 265–274.


▶ Prävention

## Zahnseide verbessert die Mundgesundheit auch im Alter

Die regelmäßige Anwendung von Zahnseide kann zu einer deutlichen Verbesserung der oralen Gesundheit beitragen. Welchen konkreten Nutzen das vor allem für ältere Menschen hat, belegen Zahlen einer wissenschaftlichen Studie aus den USA.

686 Probanden im Alter von mindestens 65 Jahren standen für die Studie zur Verfügung. Wer regelmäßig Zahnseide anwendete, zeigte weniger koronale Karies und konnte sich insgesamt an einer besseren oralen Gesundheit erfreuen. Älteren Menschen, die auf Zahnseide verzichteten, fehlten im Mittel bereits zu Beginn der Studie 11,5 Zähne, während Zahnseide-Anwendern bis dahin weniger Zähne (8,6) verloren hatten.

Für das Follow-up nach fünf Jahren waren noch 375 Personen verfügbar. Zu diesem Zeitpunkt lag der durchschnittliche Zahnverlust bei Zahnseide-Anwendern bei rund einem Zahn, bei Nichtnutzern bei vier Zähnen. Die Untersuchung zeigte zudem, dass insbesondere die Molaren von der regelmäßigen Reinigung der Interdentalräume mit Zahnseide profitierten.

IHR PLUS IM NETZ
Volltext hier mobil weiterlesen

QUELLE


- Marchesan JT, Byrd KM, Moss K, Preisser JS, Morelli T, Zandona AF, Jiao Y, Beck J. Flossing is associated with improved oral health in older adults. J Dent Res 2020, 99 (9): 1047–1053. doi.org/10.1177/0022034520916151