

MUNDHYGIENE

Interdentalreinigung: Zahnseide ist eher was für Profis

| Die Optimierung der Plaque-Kontrolle ist für den Erfolg der nicht chirurgischen und chirurgischen Parodontaltherapie unerlässlich. Dies kann mit dem Zähneputzen alleine nicht erreicht werden. Eine Literaturrecherche an der Universität Singapur gibt einen Überblick über die verschiedenen Interdentalreinigungshilfen und ihre Wirksamkeit. |

Eine hochwertige Reinigung mit **Zahnseide** ist schwierig zu erreichen. Sie zeigt eine geringe Compliance und erfordert eine gute manuelle Geschicklichkeit. Die ineffektive routinemäßige Verwendung von Zahnseide bringt möglicherweise keine signifikanten Vorteile gegenüber dem reinen Bürsten. Nach Ansicht der Autoren begründet dies den fehlenden oder sehr begrenzten Effekt der Zahnseide in Studien. Denn für einen positiven Effekt auf Plaque-Indizes und Gingivitis ist professionelles Fädeln erforderlich.

Interdentalbürsten
und -picks offenbar
effizienter als
Zahnseide

Interdentalbürsten sind wirksamer als Zahnbürsten. Sogenannte **Rubber-picks** – Interdentalreiniger mit weichen Gummiborsten – weisen keine Unterlegenheit gegenüber herkömmlichen Interdentalbürsten auf. Beide Interdentalreiniger sind bei der Reduzierung von Plaque und Zahnfleischentzündungen mindestens genauso gut, wenn nicht sogar besser als Zahnseide.

Obwohl Interdentalreiniger bei Patienten unabhängig von ihrem Parodontalstatus (gesund oder aktiv) wirksam sind, sind sie besonders bei Parodontalpatienten angezeigt, bei denen erweiterte Zahnzwischenräume häufig vorkommen. Zu den zusätzlichen Vorteilen gehören die einfache Anwendung, die Akzeptanz der Patienten und die Rekonturierung des Interdentalgewebes.

Zahnhölzer scheinen keinen signifikanten Vorteil gegenüber dem Bürsten hinsichtlich der Plaque-Entfernung zu bieten. Sie können jedoch Zahnfleischbluten reduzieren. Eine Erklärung dafür könnte sein, dass Zahnhölzer speziell subgingivale Plaque entfernen. Ihre einfache Anwendung ist ein Vorteil von Zahnhölzern.

Studienlage zu
Mundduschen ist
uneinheitlich

Die Studienergebnisse zu **Mundduschen** sind nicht ganz einheitlich. Mundduschen sind ein vielversprechendes Instrument zur Reduzierung von Gingivalentzündungen, trotz minimaler Veränderungen des Plaque-Levels. Die Veränderungen des Biofilms könnten die positiven Effekte auf gingivale Entzündungen erklären.

Für die Reinigung um **Zahnimplantate** herum werden Mundduschen und Interdentalbürsten der Zahnseide vorgezogen.

IHR PLUS IM NETZ
Volltext online



QUELLE

- Ng E et al. An Overview of Different Interdental Cleaning Aids and Their Effectiveness. Dent J (Basel) 2019; 7 [2]: E56.