

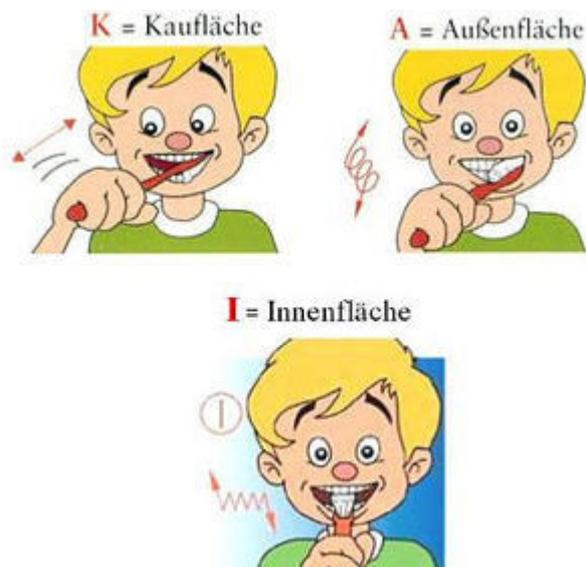
Häufig gestellte Fragen...

Wie beuge ich Karies vor?

Grundregeln der zahnmedizinischen Vorbeugung:

"Morgens, mittags, abends, nach jedem Essen Zähneputzen nicht vergessen" - also: das regelmäßige Entfernen von Zahnbelägen durch Zähneputzen.

- Alle zwei bis drei Monate die Zahnbürste wechseln
- Zahnpasta mit Fluorid benutzen
- Auf Süßigkeiten zwischendurch verzichten
- Zuckerhaltige Speisen und Getränke reduzieren und kauaktive Nahrung wie Rohkost und Vollkornbrot verwenden
- Regelmäßig zum Zahnarzt gehen (zwei Mal im Jahr)



Zahnputztechnik »K-A-I«