Machen wir gemeinsam Deutschland kariesfrei!

Karies betrifft 99 der deutschen Bevolkerung

Karies ist die am weiteste verbreitete Erkrankung im Mundraum und betrifft fast 99%. Wenn Bakterien auf den Zähnen Zucker und Speisereste in Säure umwandeln, werden Mineralien aus dem Zahnschmelz herausgelöst. Unbehandelt kann dies zu Karies führen.

So können Sie Karies vermeiden

Gewissenhafte Zahnpflege

Mit der richtigen, täglichen Zahnpflege zu Hause können Sie Ihr Kariesrisiko deutlich senken.

Putzen Sie 2x täglich Ihre Zähne mit einer fluoridhaltigen Zahnpasta.

Reinigen Sie täglich Ihre Zahnzwischenräume.

Verwenden Sie eine fluoridhaltige Mundspülung, wie elmex® KARIESSCHUTZ, und verdoppeln Sie so Ihren Kariesschutz.

Wöchentliche Intensiv-Kur

Um Karies vorzubeugen ist Zähneputzen häufig nicht genug. Gönnen Sie Ihren Zähnen daher eine Intensiv-Kur mit hochkonzentriertem Aminfluorid.

Putzen Sie 1x wöchentlich 2 Minuten mit elmex® gelée.

Stärken und schützen Sie Ihre Zähne langfristig vor Karies.

Wussten Sie, dass elmex® gelée für Kinder zwischen 6–17 Jahren zu 100% von den gesetzlichen Krankenkassen erstattet wird?

Machen Sie den Sonntag zu Ihrem elmex® gelée Tag und stärken auch Sie Ihre Zähne für einen guten Start in die neue Woche.

Zahnärztliche Vorsorge

An Ihrer Mundhygiene ist auch Ihr zahnärztliches Praxisteam beteiligt.

Gehen Sie regelmäßig zur Kontrolluntersuchung – am besten halbjährlich.

Lassen Sie eine professionelle Zahnreinigung inkl. Behandlung mit einem hochkonzentrierten Fluoridpräparat durchführen.

Gesunde Ernährung

Für die Gesundheit Ihrer Zähne spielt auch die Ernährung eine wichtige Rolle, denn die Hauptursache von Karies sind Zuckersäuren.

Essen Sie Süßes am besten zu den Hauptmahlzeiten und nicht zwischendurch, über den Tag verteilt.

Statt zucker- oder säurehaltigen Getränken trinken Sie lieber Wasser als Durstlöscher.

Kinderzahne haben besondere Bedurfnisse

Bei Kindern unterliegen der Mundraum und die Zähne ständigen Veränderungen. Zudem sind Milchzähne besonders anfällig für Karies, weil sie von einem verhältnismäßig dünnen Zahnschmelz umgeben sind. Daher sollten Sie bei Ihrem Kind schon ab dem 1. Zahn auf eine optimale Zahnpflege achten. Die Zähne sollten regelmäßig (täglich) mit einer speziellen Kinder-Zahnpasta, mit altersgerechtem Fluoridgehalt, geputzt werden. Zudem ist das Erlernen der richtigen Putztechnik mit einer geeigneten Kinder-Zahnbürste zu empfehlen. Achten Sie darauf, dass Sie, gerade bei kleinen Kindern, noch einmal selbst nachputzen, damit die Zähne optimal gereinigt werden. Milchzähne helfen bei der Sprachentwicklung Ihres Kindes und sind wichtige Platzhalter für die bleibenden Zähne.

Für Ihr Kind empfehlen wir die KAI-Zahnputzmethode (Kau-, Außen-, Innenflächen)

Unsere Produkte für effektiven Kariesschutz:

Elmex Kinder Der besondere Kariesschutz für Milchzähne.

Elmex Junior Wirksamer Kariesschutz für die neuen bleibenden Zähne.

Aronal & Elmex Der medizinische Doppel-Schutz für Zahnfleisch und Zähne.

Elmex Karienschutz Schützt zusätzlich mit Aminfluorid.

Elmex Karienschutz profesional Bekämpft Karies, bevor sie entsteht.

Elmex gelöe Zur wöchentlichen Intensiv-Kur für starke Zähne.

Testen Sie jetzt Ihre Zahnpflege-Routine

Betreiben Sie täglich Zahnpflege mit einer fluoridhaltigen Zahnpasta und -spülung sowie Zahnzwischenraum-Reinigung?

Wenden Sie 1x pro Woche eine IntensivKur zur Vorbeugung von Karies an, z.B. elmex® gelée?

Vermeiden Sie den mehrmals täglichen Verzehr von Süßigkeiten?

Lassen Sie regelmäßig eine professionelle Zahnreinigung durchführen?

Fussnote-Text:

Vierte Deutsche Mundgesundheitsstudie, S. 310.

Bei gemeinsamer Verwendung von elmex® KARIESSCHUTZ Zahnspülung und Zahnpasta im Vergleich zum Zähneputzen alleine; van Strijp et al., 1999.

100% erstattungsfähig im Rahmen der Individualprophylaxe – sprechen Sie hierzu Ihren Zahnarzt an.