

# Das Potenzial optimal nutzen

Die Überlegenheit der elektrischen Zahnbürste im Vergleich zur Handzahnbürste zieht inzwischen kaum einer in Zweifel. Doch um optimale Ergebnisse zu erzielen, sollten die elektrischen Zahnbürsten richtig angewendet werden. Hierzu wurden auf Kongressen bisher sehr unterschiedliche Empfehlungen ausgesprochen – SPECTATOR team fragte bei Herstellern, Wissenschaftlern und Praktikern nach.

**E**lektrische Zahnbürsten erzielen deutlich bessere Reinigungsergebnisse als Handzahnbürsten – so die Erkenntnis der Konsensuskonferenz im Mai 2010. Doch um das bei jedem Patienten tatsächlich zu erreichen, genügt es nicht, eine solche Zahnbürste zu besitzen, sie muss angewendet werden – und zwar richtig.

Dr. Lutz Laurisch, niedergelassener Zahnarzt aus Korschenbroich, erklärt: „Elektrische Zahnbürsten leisten nicht automatisch ein effektiveres Biofilm-Plaquemanagement. Entscheidend ist immer noch das individuelle Handling.“ Aus diesem Grund sollte der Patient seine Zahnbürste mit in die Praxis bringen. OA Dr. Alexander Welk (Greifswald, Mitglied der Konsensuskonferenz) empfiehlt, die Zähne des Patienten anzufärben und dann mit seiner Bürste putzen zu lassen. Anhand der Ergebnisse kann man dann über die effektivere Technik mit dem Patienten sprechen. „Die Instruktion bietet dem Praxisteam darüber hinaus eine Möglichkeit, dem Patienten seine Kompetenz deutlich zu machen“, sagt Laurisch.

## Zwei Systeme – zwei Techniken

Für rotierend-oszillierende Zahnbürsten (Oral-B) rät Welk zu folgendem Verfahren: den runden Bürstenkopf an jeden einzelnen Zahn ansetzen und ihn dann von distal nach mesial eindrehen. Hierbei könnte man sich an dem alten KAI-Prinzip orientieren, denn es ist wichtig, alle Flächen zu

erreichen. Der neue Bürstenkopf „TriZone“ wird gerade aufgesetzt – den Rest erledigt die Elektronik.

Bei Schallzahnbürsten (zum Beispiel Philips Sonicare) verhält es sich ein wenig anders. Aufgrund langjähriger Erfahrung plädiert Laurisch hier für eine horizontale und vertikale Putzbewegung. Wichtig ist hier, dass zwischen Zahnbürstenkopf und



Bei den Schallzahnbürsten ist der Kontakt der Bürste zum Zahn wichtig. Die Schallwellen sorgen dafür, dass die Zahncreme auch dorthin gelangt, wohin die Borsten nicht hineinreichen, und die Beläge „wegspült“.

Zahn beziehungsweise Zahnfleisch ein Kontakt hergestellt wird. Darauf weist Welk ausdrücklich hin: „Dabei sollten dann leicht ausstreichende Bewegungen ausgeführt werden.“ Auf den Okklusalfächen seien horizontale Bewegungen hilfreich.

Die Anwender des jeweiligen Systems sollten sich darüber im klaren sein, dass mit der elektrischen Zahnbürste viele Bewegungen unnötig seien, die mit der Handzahnbürste noch ausgeführt werden müssten. Weniger ist hier mehr.

Ein großes Problem, so berichten Zahnärzte immer wieder, sei der hohe Putzdruck, mit dem die Patienten ihre Zähne malträtieren. „Oft ist in den Köpfen der Patienten die Vorstellung verankert 'fest ist gleichsauber'“, sagt Laurisch. Ein zu hoher Putzdruck kann die Gingiva reizen, unter Umständen verletzen und letztlich zu ihrem Rückzug führen. „Genau jene Patienten profitieren von einer elektrischen Zahnbürste.“ Eine Schallzahnbürste kann unter viel Druck nicht schwingen, eine rotierend-oszillierende läuft „unrund“ und gequält, wenn sie zu heftig auf die Zähne gedrückt wird. Bei den jüngeren Modellen (etwa Oral-B Triumph mit Smart Guide) leuchtet zudem bei zu viel Druck ein Lämpchen zur Warnung.

Elektrische Zahnbürsten können im übrigen auch zur Reinigung der Zähne von Kindern genutzt werden – hierzu gibt es spezielle Aufsätze. Wichtig sei hier, meint Welk, dass die Kinder motorisch in der Lage sind, eine Handzahnbürste zu benutzen – das Putzen mit der elektrischen Zahnbürste können (zunächst) die Eltern übernehmen.

## Compliance ist entscheidend

Doch wie werden Patienten am besten dazu motiviert, mit der richtigen Technik und den richtigen Instrumenten ihre Zähne zu pflegen? Die Zauberformel laut Welk lautet „Keep it simple“. Es bringe nichts, den Patienten über aktuelle wissenschaftliche



P&amp;G (2), Philips (2)

Ein leicht schräger Winkel optimiert das Reinigungsergebnis der rotierend-oszillierenden Zahnbürste.



Diese Bewegungen sorgen auch für eine gründliche Entfernung von Belägen auf den Okklusalfächchen.

Diskussionen ins Bild zu setzen und das Für und Wider sämtlicher Bürsten und Techniken zu erläutern. Entscheidend sei, beim Patienten für Verbesserungen zu sorgen. Gerade Patienten, die mit der anspruchsvollen Putztechnik bei Handzahnbürsten überfordert sind, können von elektrischen Zahnbürsten profitieren.

Im Gespräch mit den Patienten gilt es, individuell zu beraten, elektrische Zahnbürsten seien kein Dogma – darin sind sich Welk und Laurisch einig. Entscheidend ist, dass der Patient optimal mit „seiner“ Bürste umgeht und sie auch täglich benutzt. Darüber hinaus ersetzen auch elektrische Zahnbürsten nicht die Reinigung der Interdentalräume – Zahnseide oder Interdentalbürstchen bleiben weiter wichtig. Auch Mundspülösungen können sinnvoll sein. Welk: „Alles, was uns hilft, die Mundhygiene der Patienten zu verbessern, ist gut!“

### Parodontale Erkrankungen beherrschbarer machen

Die elektrischen Bürsten sollten letztlich auch dazu beitragen, die parodontale Gesundheit der Patienten zu verbessern. Die Karies wurde auch dank fluoridierter Zahncreme nahezu besiegt, bei der Parodontitis gelang das bisher nicht. Deren Ursache ist – vereinfacht ausgedrückt – Plaque. Dieser etablierte Biofilm muss zerstört werden, wobei elektrische Zahnbürsten sehr hilfreich sein können, wenn sie richtig angewendet werden. 