

Zahnschutz „to go“

Nach dem Snacken zuckerfreien Kaugummi kauen

Snacks und zuckerfreie Kaugummis sind ein gutes Team: Snacks bringen neue Energie, anschließendes Kaugummi kauen stimuliert den Speichelfluss und sorgt für effektiven Zahnschutz. Der ist dringend nötig, denn nach jeder noch so kleinen Mahlzeit kann es zu Säureattacken auf den Zahnschmelz kommen. Dabei ließe sich das Gebiss mit wenig Aufwand gesund erhalten. Die Deutsche Gesellschaft für Zahnerhaltung (DGZ) gibt in ihrer aktuellen wissenschaftlichen Mitteilung 5 Kernempfehlungen zur Vermeidung von Karies. Zwei betreffen das tägliche Ernährungsverhalten: Pro Tag sollte man maximal 4 zuckerhaltige Snacks zu sich nehmen und direkt nach jeder Mahlzeit den Speichelfluss stimulieren. Speichel ist ein natürlicher Schutzmechanismus, der hilft, Nahrungsreste aus dem Mund zu spülen, Plaque-Säuren zu neutralisieren und den Zahnschmelz zu remineralisieren. Am einfachsten



lässt sich dieser Schutzschild durch das Kauen zuckerfreier Kaugummis aktivieren: Es kurbelt den Speichelfluss um ein Vielfaches an und hat sich längst als Säule der Kariesprophylaxe etabliert. Das Wrigley Oral Healthcare Program (WOHP), die zahnmedizinische Fachinitiative von Wrigley, unterstützt dabei mit einem breiten Angebot. Auf der Fachwebsite www.wrigley-dental.de können Zahnarztpraxen kostenlose Informationsbroschüren und Comics für kleine und große Patienten bestellen, außerdem gibt es Kaugummis zur Zahnpflege und Mundgesundheitspastillen zum Vorzugspreis. Das Fortbildungsprogramm SalivaDent zum Thema „Speichel und Mundgesundheit“ bringt das Praxisteam zudem auf den neuesten Stand der Wissenschaft. Mitherausgeber ist die Bundeszahnärztekammer (BZÄK). Fax-Bestellformulare können per Fax unter 030 23 188 188 1 angefordert werden.

Nach einer Pressemitteilung des
Wrigley Oral Healthcare Program