ZAHNFITNESS PROGRAMM



AESTHETIKART

Praxis für rehabilitative und restaurative Zahnheilkunde



AESTHETIKART

Sorgfalt bis ins Kleinste.

Liebe Patientinnen und Patienten,
alle Ratschläge, die wir für Sie hier zusammengestellt haben, gelten für das **Erwachsenenalter** und basieren auf aktuellen, wissenschaftlichen **Erkenntnissen**.

Sie ermöglichen Ihnen, Ihre Zähne **so schonend** wie möglich, aber auch so **gründlich** wie nötig zu pflegen, um damit Ihre eigenen Zähne **ein Leben lang** gesund zu erhalten.

Herzlich grüsst Sie Ihr

Dr. med. dent. Sven Egger, MSc, MSc
Master of Science Implantologie und
Ästhetisch rekonstruktive Zahnmedizin

Für die Zukunft.

Nehmen Sie sich **Zeit** für
Ihre Zähne, bevor Ihnen die Zeit
Ihre Zähne nimmt ...

... alte Zahnarztweisheit ;-)

AESTHETIKART

Ausdauer.

Es lohnt sich.





Gutes Timing.

Das schützt.

Alles zu seiner Zeit.

Putzen Sie sich **grundsätzlich nie unmittelbar** nach dem Essen die Zähne.
Denn der Zahnschmelz ist nun durch **Säuren** im Essen angegriffen und empfindlich.
Ihr Speichel **neutralisiert** das **Milieu** aber wieder – das braucht nur ein wenig Zeit.

AESTHETIKART

Morgenstund hat Gold im Mund?

Leider nein. Nicht aus der Zahnarzt-perspektive.
In der **nächtlichen** Ruhephase, im Schlaf, bilden sich nämlich **Beläge** auf Ihren Zähnen. Diese Beläge sollten Sie **immer** vor Ihrem Frühstück durch Zähneputzen **gründlich entfernen**.

AESTHETIKART





Das richtige Mass.

Keine Zauberei.

Gewusst wie.

Spülen Sie **nach Ihren Mahlzeiten** zuerst nur mit **Wasser**, um die gröbsten Speisereste zu entfernen. Danach empfehlen wir eine antibakterielle Spüllösung.

»Pumpen« Sie diese, verdünnt oder unverdünnt, für 30–60 Sekunden durch Ihre Zahnzwischenräume, um die Zähne in der **Phase der Übersäuerung** (ca. 1–2 Stunden nach dem Essen) nicht durch das Putzen zusätzlich zu **strapazieren**.

AESTHETIKART

Kein Zuckerschlecken ...

... Dafür einfach und hilfreich.

Sie können Ihre **Mundhöhle** nach dem Essen zusätzlich unterstützen!
Kauen Sie zur **Neutralisation** einfach einen **zuckerfreien** Kaugummi – das regt die Speichelbildung an und fördert so den natürlichen **Schutz** Ihrer Mundhöhle.

AESTHETIKART



Helferchen.

Im Kleinformat.



Einsatzfreudig.

Ohne wenn und aber.

Keine halben Sachen.

Vor dem Schlafengehen muss eine besonders sorgfältige **Reinigung** erfolgen.
Scheuen Sie sich nicht, dabei auch die **Zungenoberfläche** abzubürsten.
Verwenden Sie dazu eine **weiche** Zahnbürste.

Die Zahnzwischenräume werden gründlichst mit **Zahnseide** oder sogenannten **Interdentalbürstchen** gereinigt.
Ein weiterer **Spülgang** mit einer antibakteriellen Mundspüllösung schliesst die Zahnpflege ab.

AESTHETIKART

Im Reinen sein.

Nehmen Sie **nach** der Zahnreinigung höchstens noch **Mineralwasser** zu sich und keine **säurehaltigen** Getränke wie Säfte, Limonaden, Cola, Bier, Wein oder Sekt und bitte auch **kein Obst!**
Das würde Ihre gute Pflege zunichte machen.

AESTHETIKART

Wasser statt Wein.

Ihnen zuliebe.





Es muss nicht Gold sein.

Verwenden Sie **einmal** in der Woche nach der Grundreinigung am Abend ein **fluoridhaltiges** Gel zur **Härtung** des Zahnschmelzes. Als besonders wirksam hat sich dabei **elmex® gelée** erwiesen.

Dieses Gel wird wie eine Zahnpasta **eingebürstet** und führt zur **Remineralisation** von entkalkten Zahnschmelzbereichen.

AESTHETIKART

Zähne gut, alles gut.

Zahngesundheit spielt eine enorme Rolle in unserem allgemeinen **Wohlbefinden.** Kontrollieren Sie den **Pflegezustand** Ihrer Zähne von Zeit zu Zeit.
Durch das **Anfärben** eventuell vorhandener Beläge mit Hilfe von Färbetabletten können Sie Ihre **Mundhygiene** im Handumdrehen testen.

AESTHETIKART





Perfektion.

Wir machen das.

Vertrauen ist gut, Kontrolle ebenfalls.

Manchmal jedenfalls.
Halten Sie darum Ihre Kontroll- und Prophylaxetermine zuverlässig ein, damit Sie **immer gut versorgt** sind und wir **frühzeitig** Ihre Zähne **gesund** halten können.

AESTHETIKART

Die Uhr tickt ...

Bleiben Sie im **Takt** mit Ihrer **Zahn- und Zungenpflege**.

Etablieren Sie Ihre Pflege als einen **festen Bestandteil** Ihres Tagesablaufs und vermeiden Sie dadurch **wirkungsvoll** und **dauerhaft** Karies, Paradontitis und Mundgeruch.

AESTHETIKART



Taktvoll.

Aus Liebe zu Ihrem Biss.



An Ihrer Seite.

Better together.

Wir sind für Sie da.

Haben Sie noch **Fragen** oder Probleme, bei denen Sie **Hilfe** oder **Unterstützung** brauchen?

Dann laden wir **Sie** ein, erneut an unserem **Prophylaxeprogramm,** entsprechend Ihres **individuellen** Bedarfs, teilzunehmen.

AESTHETIKART

AESTHETIKART

Praxis für rehabilitative und restaurative Zahnheilkunde

Teamplay. Better together.



Grünpfahlgasse 8 | 4001 Basel
Fon +41 (0) 61 261 83 33 | info@aesthetikart.ch
www.aesthetikart.ch

Konzeption und Gestaltung: floxdesign

Fotos© U1, S 5–21 iStock / S 22 United Archives / S 26 joshua-gresham