



Hannelore Eitel-Hirschfeld

Zahnpflege aus der Apotheke

Ein Beratungsmanual



Deutscher
Apotheker Verlag

Hannelore Eitel-Hirschfeld
Zahnpflege aus der Apotheke

Hannelore Eitel-Hirschfeld

Zahnpflege aus der Apotheke

Ein Beratungsmanual

Hannelore Eitel-Hirschfeld, Berlin

Mit 50 Abbildungen und 33 Tabellen



Deutscher
Apotheker Verlag

Zuschriften an

lektorat@dav-medien.de

Anschrift der Autorin

Hannelore Eitel-Hirschfeld
Friedrichrodaer Str. 67
12249 Berlin

Hinweis: Um die Lesbarkeit dieses Buchs zu verbessern, verzichten wir auf die gleichzeitige Nennung männlicher und weiblicher Sprachformen. Alle Formen schließen Personen jeden Geschlechts ein.

Alle Angaben in diesem Werk wurden sorgfältig geprüft. Dennoch können die Autorin und der Verlag keine Gewähr für deren Richtigkeit übernehmen.

Ein Markenzeichen kann markenrechtlich geschützt sein, auch wenn ein Hinweis auf etwa bestehende Schutzrechte fehlt.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet unter <https://portal.dnb.de> abrufbar.

Jede Verwertung des Werkes außerhalb der Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Übersetzungen, Nachdrucke, Mikroverfilmungen oder vergleichbare Verfahren sowie für die Speicherung in Datenverarbeitungsanlagen.

1. Auflage 2021

ISBN 978-3-7692-7520-9 (Print)

ISBN 978-3-7692-7743-2 (E-Book, PDF)

© 2021 Deutscher Apotheker Verlag
Birkenwaldstr. 44, 70191 Stuttgart
www.deutscher-apotheker-verlag.de
Printed in Germany

Satz: primustype Hurler GmbH, Notzingen
Druck: W. Kohlhammer Druckerei GmbH + Co. KG, Stuttgart
Umschlaggestaltung: deblik, Berlin
Umschlagabbildung: onepfoto/stock.adobe.com



Vorwort

Wenn es um Zahnpflege und Zahngesundheit geht, ist die Apotheke nicht die erste Anlaufstelle, im Gegenteil „Apotheken verlieren Zähne“ im Freiwahlsortiment, da sie den harten Preiswettbewerb mit den Drogeriemärkten nicht gewinnen können. Je weniger aber Apotheken dieses Feld bespielen, umso mehr Kunden verlieren sie zusätzlich.

Damit Apotheken sich dieses Terrain wieder, wenigstens in kleinen Anteilen, zurückerobern können, ist es zuerst notwendig, sich das nötige Wissen anzueignen, gezielt Produkte auszuwählen, um dann ein abgerundetes und abgestimmtes Sortiment sowohl im Lifestyle Bereich als auch im ureigenen Apothekensortiment ansprechend in Frei- und Sichtwahl zu präsentieren.

Dieses Buch möchte das nötige Wissen vermitteln, Anregungen für die Beratung in der Zahnpflege und Zahngesundheit in der Apotheke geben und Sie motivieren, ihren Kunden ein „strahlend-weißes Lächeln“ zu schenken.

Sie können das Buch von vorne bis hinten lesen oder sich auch einfach wie bei einem Büffet bedienen und in einzelne Kapitel springen.

Die Auswahl an Präparaten erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit und stellt keine Wertung dar, sondern ist lediglich exemplarisch zu verstehen. Die Ratschläge in diesem Buch wurden sorgfältig recherchiert und überprüft. Aber es kann keine Haftung für Personen-, Sach- oder Vermögenswerte übernommen werden, und der Patient muss zur Diagnose immer an einen Zahnarzt oder Facharzt verwiesen werden.

Einen ganz besonders herzlichen Dank möchte ich unserem Programmplaner beim Deutschen Apothekerverlag, Herrn Dr. Rainer Mohr aussprechen, der mich motivierend begleitet und konstruktiv unterstützt hat sowie Frau Leandra Brand für ihre strukturelle Überarbeitung.

Viel Freude beim Lesen. Ich freue mich auf Ihre Anregungen, Kritik, Verbesserungsvorschläge und Hinweise.

Berlin, im Frühjahr 2021

Hannelore Eitel-Hirschfeld

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	V
Abkürzungsverzeichnis	IX
1 Anatomie	1
1.1 Das Gebiss	2
2 Zahnpflege	4
2.1 Zahnbürsten	5
2.2 Zahnpasten	9
2.3 Mundwässer und Mundspüllösungen	15
2.4 Mundduschen	21
2.5 Reinigung der Zahnzwischenräume	23
2.6 Pflege der dritten Zähne	27
2.7 Milchzähne	32
2.8 Pflege von Zahnspangen	36
2.9 Zinkweiß und Zahnbleaching	37
2.10 Zahnschmuck	39
3 Zahngesundheit	41
3.1 Zahnungsmittel für Säuglinge und Kleinkinder	43
3.2 Gingivitis	45
3.3 Parodontose	45
3.4 Zahnfleischbluten	47
3.5 Entzündung der Mundschleimhaut/Stomatitis – Aphthen	49
3.6 Karies	53
3.7 Plaque	55
3.8 Kreidezähne	56
3.9 Weiße Flecken, White Spots – Zahnfluorose	58
3.10 Mundgeruch – Halitosis	59
3.11 Mundtrockenheit – Xerostomie	61
3.12 Zähneknirschen – Bruxismus	63
4 Alternative, komplementäre Sichtweisen	65
4.1 Teebaumöl, Nelkenöl und andere ätherische Öle	65
4.2 Ayurvedische Mittel	67
4.3 Ölziehen	70
4.4 Homöopathische Mittel	70
4.5 Schüßler-Salze	72
4.6 Honig und Propolis	73
4.7 Zungenreinigung	75

5	Ausleitung von Quecksilber und Amalgam – Zeolithe	78
6	Darmbiom und Probiotika	82
7	Aktivkohle	84
8	Fluoridtabletten	86
9	Irrtümer oder Wahrheiten der Zahngesundheit.....	90
10	Literatur	94
	Produktverzeichnis	97
	Bildnachweis	100
	Sachregister	101
	Die Autorin	107

Abkürzungsverzeichnis

BfR	Bundesinstitut für Risikobewertung
BZgA	Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
KZBV	Kassenzahnärztliche Bundesvereinigung
PEG	Polyethylenglycol
CHX	Chlorhexidin
CMD	Craniomandibuläre Dysfunktion
CPC	Cetylpyridiniumchlorid
DGPZM	Deutsche Gesellschaft für Präventive Zahnmedizin
DGKiZ	Deutsche Gesellschaft für Kinderzahnheilkunde
DGZ	Deutsche Gesellschaft für Zahnerhaltung
hap	Hydroxylapatit
KAI	Zahnputzmethode: Kauflächen, Außenflächen, Innenflächen (...) putzen
MA	Maleinsäureanhydrid
MGO	Methylglyoxal
MMP	Matrix-Metallopeptidasen
NaF	Natriumfluorid
OLP	Oraler Lichen planus
PEG	Polyethylenglycol
PHD	Passage Hole Diameter
ppm	parts per million
PVM	Polymethylvinylether
PZR	professionelle Zahnreinigung
RDA-Wert	relative Dentinabrasion
SDS	Sodium dodecyl sulfate, Natriumdodecylsulfat
SLS	Sodium-Lauryl-Sulfat, Natriumlaurylsulfat
UMF	Unique Manuka Factor

1 Anatomie

Der Zahn ist über die Zahnwurzel und den Faserapparat im Kiefer verankert. Das ihn umgebende Zahnfleisch schützt den empfindlichen Zahnhals, lediglich die Zahnkrone ragt aus dem Zahnfleisch heraus.



1.1 Das Gebiss

Das Gebiss eines Erwachsenen besteht im Normalfall aus 32 Zähnen mit 16 im Ober- und 16 im Unterkiefer. Vorne sitzen 4 Schneidezähne, die die Nahrung festhalten und abbeißen und deshalb über eine scharfe Schneide verfügen, mit einer schaufelartigen Form. Die oberen Schneidezähne ragen über die unteren hinaus und bedecken diese teilweise. An die Schneidezähne schließen sich beidseitig Eckzähne an, die besonders robust und fester im Kiefer verwurzelt sind. Anschließend folgen 2 vordere Backenzähne und 3 Mahlzähne, wobei die Zähne im Oberkiefer mehr Wurzeln als im Unterkiefer aufweisen. Die hinteren Mahlzähne, die sogenannten Achter, sind die Weisheitszähne, die oft erst im Erwachsenenalter ziemlich schmerzhaft durchbrechen. Häufig müssen diese gezogen werden, da nicht genügend Platz für sie im Kiefer ist und sie drohen andere Zähne zu verschieben. Da die Weisheitszähne häufig hakenförmige oder verwachsene Wurzeln haben, ist die Extradation ein Fall für den Kieferchirurgen.

Der Zahn ist über die Zahnwurzel und den Faserapparat im Kiefer verankert. Das ihn umgebende Zahnfleisch schützt den empfindlichen Zahnhals, lediglich die Zahnkrone ragt aus dem Zahnfleisch heraus. Die Zähne werden vom Zahnschmelz umgeben und geschützt, der aus eingelagerten Mineralien wie Calcium, Phosphat, Magnesium und Natriumverbindungen besteht, dem sogenannten Hydroxylapatit, einem extrem robustem und sehr hartem Mineral, das lediglich durch Säuren angreifbar ist. Dies ist der Grund, warum säurebildende Bakterien die entscheidenden Karieserreger darstellen. Im Bereich der Wurzel schützt eine dünne Schicht Zahnzement die Zahnwurzel. Zahnzement und Zahnschmelz umhüllen den Zahn. Das Zahnbein oder Dentin, das den größten Teil des Zahnes ausmacht, umschließt wiederum den empfindlichen Zahnnerv (Pulpa, Zahnmarm), dessen Ausläufer das Zahnbein durchziehen und bis an den Rand des Zahn-

