

Patienteninformationsbroschüre

Zahnprothese

Vom Umgang mit dem neuen Zahnersatz

Schweizerische Zahnärzte-Gesellschaft
Société suisse des médecins-dentistes
Società svizzera odontoiatri
Swiss Dental Association

SSO

Schöne neue Zähne

Angewöhnung und Umgang mit dem neuen Zahnersatz erfordern anfänglich viel Zeit, Geduld und Übung. Lassen Sie sich nicht entmutigen – Ihr Zahnarzt steht Ihnen bis zur völligen Eingewöhnung jederzeit bei. Je besser Ihre Mitarbeit, umso schneller können Sie Ihre Prothese akzeptieren und damit leben. Sicher ist es gut zu wissen, dass sich Prothesenträger kaum wieder ihre früheren erkrankten und mangelhaften Zähne zurückwünschen. Eine Prothese ist besser und schöner als ein verstümmeltes Restgebiss.

Aussehen

Eine Prothese kann heute so naturähnlich hergestellt werden, dass sie oft nicht als künstlicher Zahnersatz zu erkennen ist. Meist braucht es etwas Zeit, bis sich Zunge, Lippen und Wangen an die neue Prothesensituation gewöhnt haben. Ihr natürlicher, gelöster Gesichtsausdruck stellt sich nach wenigen Tagen ein, sobald Sie sich mit Ihrer Prothese entspannt und glücklich fühlen. Das Gefühl, die Oberkieferzähne stünden zu weit vorne und die Lippen sähen wulstig aus, ist anfänglich normal.

Untere Prothesen erfordern mehr Geduld als obere, denn es dauert wesentlich länger, bis man sich an sie gewöhnt hat. Die Zunge wird sich der neuen, eingeengten Situation anpassen.

Sprache

Die normale Sprache gewinnt man nach einiger Übung erstaunlich schnell zurück. Selbst anfängliche Schwierigkeiten verschwinden, sobald sich Zunge und Lippen an die neue Situation gewöhnt haben. Lautes Lesen aus einem Buch beschleunigt die Angewöhnung.

Essen

Auch das Essen wird zunächst mehr Zeit und Übung erfordern, bis sich die Muskeln den neuen Verhältnissen angepasst haben. Beginnen Sie mit kleinen Bissen und weichen, nicht klebrigen Speisen. Essen Sie langsam und kauen Sie auf Ihren Backenzähnen links und rechts gleichmässig.

Beissen Sie nicht mit den Vorderzähnen ab, sondern suchen Sie eine Stelle, wo Sie abbeissen können, ohne dass sich die Prothese abhebt. Drücken Sie beim Abbeissen

das Brot oder den Apfelbissen nach oben gegen die Gaumenplatte. Leider können nicht alle Prothesenträger das Abbeissen gleich gut erlernen.

Druckstellen

Wenn die Prothese neu eingesetzt wird, gibt es Stellen, die stärkerem Druck ausgesetzt werden. Dort können kleine, schmerzhaft Wundflächen entstehen. Melden Sie sich bei Ihrem Zahnarzt, damit er Ihnen helfen kann. Tragen Sie aber die Prothese trotzdem weiter. Die gerötete Stelle im Mund wird dem Zahnarzt anzeigen, wo er korrigieren muss.

Fremdkörpergefühl

Manche Patienten empfinden zu Beginn einen Würge- oder Brechreiz. Häufig tritt verstärkter Speichelfluss auf. In solchen Fällen ist es am besten, die Prothese trotzdem zu tragen. Der Reiz wird so immer seltener auftreten und sich nach einiger Zeit verlieren.

Reinigung

Reinigen Sie Ihre Prothese nach jeder Mahlzeit mit einer speziellen Prothesenbürste und einer alkalifreien Seife (oder gewöhnlicher Zahnbürste und Zahnpasta) und spülen Sie sie mit Wasser gründlich ab. Vergessen Sie dabei nicht, allfällige Wurzelkappen (Druckknöpfe, Stege) und eigene Zähne gut zu reinigen. Wenn Sie Ihren Zahnersatz zusätzlich täglich einmal für einige Minuten in ein sauerstoffhaltiges Reinigungsbad legen, bilden sich in den Poren des Kunststoffes weniger Bakterien, was das Tragen angenehmer und hygienischer macht.

Tragdauer

Tragen Sie Ihre Prothese möglichst immer, ausser zum Reinigen und Abspülen. Falls Ihnen Ihr Zahnarzt rät, die Prothese nachts herauszunehmen, so legen Sie diese nach der Reinigung in ein Glas mit sauberem Wasser. Die gereinigte Prothese kann auch trocken in einer Schachtel oder einem Tüchlein aufbewahrt werden, wobei jedoch die Gefahr, dass sie so verloren geht, grösser ist. Lassen Sie Ihre Prothese aber nicht über Tage austrocknen.

Nachkontrollen

Halbjährlich sollte der Zustand Ihrer Prothese und der eventuell vorhandenen Ankerzähne kontrolliert werden. Die Kieferkämme verändern sich im Laufe der Zeit, Ihre Prothese aber nicht. Unter Umständen kann eine Unterfütterung oder gar eine Neuanfertigung für Sie auf lange Sicht sehr wichtig sein.

Änderungen an den Prothesen

Eine Prothese, die nach langem Tragen nicht mehr passt, soll nicht «angekleistert», sondern unterfüttert werden. Haftmittel sind nicht unbedenklich und dürfen nur in Ausnahmefällen, nach ausdrücklicher zahnärztlicher Verordnung verwendet werden. Versuchen Sie nie, Ihre Prothesen selbst anzupassen oder zu reparieren, denn nur Ihr Zahnarzt verfügt über die dazu notwendigen Kenntnisse.