

**Ein neuer Anfang  
für Ihr Lächeln:  
Schritt für Schritt  
zur neuen Gewohnheit**



# Ihre neue Zahnprothese ist da!

## **„Ein neues Lächeln verdient die beste Pflege.“**

Damit Ihr Lächeln genauso strahlend bleibt wie am ersten Tag, finden Sie hier wertvolle Tipps zur richtigen Pflege und Handhabung Ihres neuen Zahnersatzes. Gemeinsam sorgen wir dafür, dass Sie sich dauerhaft und zuverlässig wohlfühlen. Mit der richtigen Pflegeroutine unterstützen Sie den Erhalt von Funktion und Ästhetik Ihrer Zahnprothese - Tag für Tag.

Ihre neuen „Dritten“ wurden individuell mit exklusiven Materialien in Zusammenarbeit zwischen Ihrer Zahnarztpraxis und einem zahntechnischen Meisterlabor mit größter Sorgfalt für Sie angefertigt.

Mit den folgenden Hinweisen möchten wir Sie dabei unterstützen, sich schnell an das neue Gefühl im Mund zu gewöhnen.

## **Anfangs ungewohnt – das ist normal!**

Wenn Sie die Prothese zum ersten Mal tragen, kann sie sich fremd anfühlen. Möglicherweise haben Sie das Gefühl, der Mund sei „voll“ oder Sie beißen sich auf Zunge oder Wange. Keine Sorge – das legt sich meist nach kurzer Zeit.

## **Druckstellen**

In den ersten Stunden oder Tagen können Druckstellen im Mund entstehen. Sollte das länger anhalten oder zu wunden Stellen führen, konsultieren Sie bitte Ihren Zahnarzt. Verändern Sie Ihre Prothese niemals selbst! Sie ist sehr filigran gearbeitet und kann leicht beschädigt werden oder zerbrechen.

## **Übung hilft**

Ihr Mund muss lernen, mit der Prothese umzugehen, vor allem Zunge, Lippen und Wangen helfen mit. Anfänglich kann die Muskulatur versuchen, die Prothese „abzustoßen“. Mit ein wenig Übung wird das schnell besser. **Tipp:** Lesen Sie sich selbst laut etwas vor, das unterstützt Sie bei der Gewöhnung!

## **Sprechen mit der neuen Prothese**

Am Anfang klingt Ihre Stimme vielleicht für Sie selbst ungewohnt. Das liegt daran, dass die Prothese den Schall über den Kieferknochen verstärkt. Meist hören Sie das nur selbst, andere bemerken das nicht. Wenn beim Sprechen ein „Klicken“ entsteht, kann es helfen, langsamer zu sprechen oder vor dem Sprechen einmal fest zuzubeißen. Vor allem die neue Unterkiefer Prothese sitzt oftmals stabiler als die alte.

## **Pflege und Kontrolle - wann zum Zahnarzt?**

Regelmäßige Zahnarztbesuche sind weiterhin sehr wichtig, um Ihre Mundgesundheit zu kontrollieren.

Wenn Sie merken, dass Ihre Prothese nicht mehr gut sitzt, klappert oder Sie schlechter sprechen können, lassen Sie sie unbedingt von Ihrem Zahnarzt überprüfen.

# Zahnprothesen richtig pflegen und reinigen

Hier sind einige nützliche Tipps zur richtigen Reinigung Ihres Zahnersatzes:



Legen Sie beim **Herausnehmen** der Prothese ein Handtuch ins Waschbecken oder füllen Sie es mit Wasser. So geht Ihre Prothese nicht kaputt, falls sie Ihnen aus der Hand rutscht.



Zur **Reinigung** Ihrer Prothese verwenden Sie am besten Spezialmittel oder flüssige Seife - aber bitte keine Zahnpasta! Sie wirkt - im Gegensatz zu der Benutzung auf natürlichen Zähnen - bei Kunststoffprothesen abrasiv und kann Ihre Prothese beschädigen. Reinigungstabletten für Zahnersatz bitte nur, wie in der Packungsbeilage angegeben, anwenden. Verwenden Sie **niemals** Aufhellungspasten, scharfe Haushaltsreinigungsmittel oder Chlorreiniger!



Reinigen Sie Ihre Prothese **zwei Mal täglich** gründlich mit einer speziellen Zahnprothesenbürste (erhältlich in Apotheken oder Drogerien). Alternativ können Sie auch eine normale, weiche Zahnbürste verwenden, um die Oberfläche vorsichtig zu säubern. Zusätzlich können Sie die Prothese regelmäßig in einem Ultraschallbad mit geeignetem Zusatz reinigen – dies ist besonders schonend und gründlich.

# Zahnprothesen richtig pflegen und reinigen



Gehen Sie bei der Reinigung vorsichtig vor, um Beschädigungen zu vermeiden. Hartnäckige Beläge bitte **niemals** durch intensives Kratzen oder Bürsten entfernen!



Achten Sie ebenfalls auf Ihre **Mundgesundheit** unter der Prothese und putzen Sie zwei Mal täglich Ihr Restgebiss. Auch der unbezahnte Kiefer sollte vorsichtig gereinigt werden. Verwenden Sie eine weiche Bürste und eine fluoridhaltige Zahncreme



Gehen Sie regelmäßig zu Ihrem **Zahnarzt**, der Ihre Mundgesundheit und den Sitz Ihrer Prothese überprüft. Versuchen Sie nie Ihre Prothese selbst zu reparieren oder Druckstellen selbst zu beheben. Ihr Zahnarzt und das Dentallabor helfen Ihnen.

# Wichtige Hinweise

Zum Schluss noch ein paar Tricks vom Profi:



Essen Sie in den ersten Tagen mit Ihrem neuen Zahnersatz eher **weiche Speisen**, wie z. B. gekochte Nudeln, Kartoffeln, weiches Gemüse, Fisch. Das kann Ihnen helfen, sich schnell an das neue Gefühl im Mund zu gewöhnen. Schlucken Sie in der Eingewöhnungsphase öfter und behelfen Sie sich z. B. mit einem Lutschbonbon dabei. Ein erhöhter Speichelfluss ist ganz normal.



Nehmen Sie Ihre Prothese über Nacht heraus. So können sich Mundschleimhaut und Zahnfleisch erholen, und das Risiko für Pilzinfektionen (z. B. Candida) oder Entzündungen wird deutlich verringert. Früher wurde empfohlen, Prothesen über Nacht in ein Glas Wasser zu legen. Heute weiß man: Moderne Kunststoffe schrumpfen auch bei trockener Lagerung nicht mehr. Außerdem ist die trockene Aufbewahrung hygienischer, da Bakterien im feuchten Milieu besser überleben können.

## Unser Tipp:

Bewahren Sie Ihre Prothese nachts trocken in einer sauberen Dose auf.

## Wichtige Hinweise



Bei bestehenden CMD-Beschwerden (Craniomandibuläre Dysfunktion), oder starken Druckstellen ist die Entscheidung zum Herausnehmen jedoch nicht pauschal zu treffen. Deshalb ist eine **individuelle zahnärztliche oder funktionstherapeutische Einschätzung** unerlässlich. Nur ein/e erfahrene/r Behandler/in oder eine spezialisierte Fachperson kann beurteilen, ob die Prothese nachts getragen werden sollte.

**Wir wünschen Ihnen viel Freude  
mit Ihrem neuen Lächeln!**

Praxisstempel

1092538 / 2026-02