

Die richtige Handzahnbürste

Eine Handzahnbürste muss bestimmte Eigenschaften haben, um wirklich optimal für die Zahnpflege geeignet zu sein.

Sie soll einen kurzen Bürstenkopf haben, nicht größer als 2 bis 2,5 cm, denn mit einem großen Kopf kommt man an die unzugänglicheren Stellen nicht heran. Ein kurzer Bürstenkopf und ein langer, biegsamer Hals erleichtern vor allem den Zugang zu den Backenzähnen.

Die Borsten sollten aus Kunststoff bestehen, denn die sind hygienischer als Zahnbürsten mit Naturborsten. Naturborsten sind innen hohl, dadurch können sich hier Keime und Bakterien festsetzen. Schon nach wenigen Tagen ist so eine Bürste daher die größte Bakterienschleuder.

Die Borstenanordnung auf dem Bürstenkopf soll sehr dicht sein(multitufted), denn viele Borsten putzen besser als wenige.

Die Borsten sollen weich bis mittelhart sein, denn zu harte Borsten kratzen zu stark an Zahnfleisch und Zahnschmelz, was vor allem bei freiliegenden Zahnhälsen schaden kann.

Die Borsten sollen abgerundet sein, denn abgerundete Borsten ermöglichen eine effektive und schonende Reinigung. Borsten, die nicht abgerundet sind, kratzen genauso wie zu harte Borsten unerwünscht stark an Zahnfleisch und Zahnschmelz. Mit bloßem Auge ist das schwer zu erkennen, aber auf der Verpackung ist manchmal ein Hinweis zu finden.

Der Stiel der Bürste soll beim Putzen gut in der Hand liegen und rutschfest sein.

Die Zahnbürste soll nach dem Gebrauch immer so gelagert werden, dass der Kopf offen trocknen kann.

Sehr wichtig ist es auch, dass die Zahnbürste regelmäßig alle sechs bis acht Wochen ausgewechselt wird, denn die Borsten nutzen sich mit der Zeit ab, danach funktioniert sie nicht mehr richtig und die abstehenden Borsten können das Zahnfleisch sogar verletzen.

Aber das Wichtigste zum Schluss :

Die beste Zahnbürste nützt leider gar nichts, wenn sie nicht regelmäßig benutzt wird !!!