



# Professionelle Zahnreinigung

## So läuft sie ab

### Informationen in Leichter Sprache

Die Abkürzung für professionelle Zahnreinigung ist PZR.  
Eine PZR ergänzt die tägliche Zahnpflege.  
Egal, ob Sie zu Hause eine gute Zahnpflege haben oder nicht.  
Eine PZR sollte regelmäßig gemacht werden.  
So können Sie und Ihre Zähne gesund bleiben.

### Wer macht eine PZR?

Die PZR macht eine Fachperson.  
Sie ist speziell dafür ausgebildet.  
Das ist eine Mitarbeiterin und ein Mitarbeiter der Zahnarzt-Praxis.

Wollen Sie eine PZR?  
Dann machen Sie einen Termin bei Ihrer Zahnärztin  
oder ihrem Zahnarzt.

### Wie läuft eine PZR ab?

Zuerst untersucht eine Zahnärztin oder ein Zahnarzt  
Ihren Mund und Ihre Zähne.  
Zahnärztinnen und Zahnärzte sehen genau hin,  
worauf Sie bei der PZR besonders achten müssen.  
Nach der Untersuchung sagt Ihnen die Zahnärztin oder der Zahnarzt,  
was bei der PZR passiert.

## Ablauf einer PZR:

1. Die Mitarbeiterin oder der Mitarbeiter der Zahnarzt-Praxis entfernt Zahn-Beläge und Verfärbungen an den Zähnen.  
Dafür benutzt die Person besondere Instrumente.
2. Die Mitarbeiterin oder der Mitarbeiter der Zahnarzt-Praxis poliert Ihre Zähne mit einer Paste.  
Polieren bedeutet glatt machen.  
Das hilft gegen Zahn-Belag.  
Zahn-Belag haftet an glatten Zähnen schlechter.
3. Die Mitarbeiterin oder der Mitarbeiter der Zahnarzt-Praxis trägt einen Lack mit Fluorid auf Ihre Zähne.  
Fluorid macht die Zähne härter.  
Die Zähne sind dann weniger anfällig für Karies.
4. Sie bekommen wichtige Tipps:
  - zum Zähneputzen
  - zur Reinigung der Zahn-Zwischenräume
  - zur Ernährung für gesunde Zähne
  - zur Anwendung von Gel mit Fluorid für zu Hause



Die Zähne einer Frau werden bei der PZR poliert.  
Foto: proDente



## Wer hat dieses Informations-Blatt gemacht?

Dieses Informations-Blatt ist von proDente.

ProDente ist eine Gruppe von Fachleuten.

Sie informieren Menschen über gesunde und schöne Zähne.

Die Informationen auf diesem Blatt sind zuverlässig und aktuell.

Mehr über proDente erfahren Sie unter:

[Für die Gesundheit von Zahn und Zähnen. Fragen Sie! \(prodente.de\)](http://prodente.de)

Für die Texte in Leichter Sprache arbeitet proDente

zusammen mit Special Olympics Deutschland, kurz SOD.

SOD ist die größte Sport-Organisation

für Menschen mit geistiger und mehrfacher Behinderung.

SOD kennt sich besonders gut aus

mit Sport und Gesundheit bei Menschen mit geistiger Behinderung.

Mehr Informationen zum Thema Gesundheit in Leichter Sprache

finden Sie unter: [www.gesundheit-leicht-verstehen.de](http://www.gesundheit-leicht-verstehen.de)

Den Original-Text zu diesem Informations-Blatt finden Sie unter:

[Professionelle Zahnreinigung - So läuft sie ab \(prodente.de\)](http://prodente.de)

Stand: März 2021