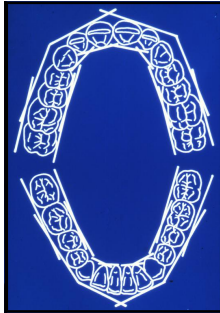




Zahnputztechnik - Bass Methode



1. Systematik des Zähneputzens

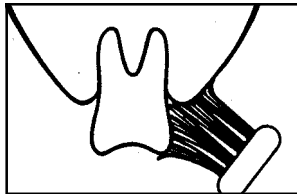


Mund öffnen und geöffnet lassen. Als Rechtshänder beginnt man das Zähneputzen auf der linken Seite am letzten Backenzahn links oben an den Außenflächen. Dann folgt man im Uhrzeigersinn von links nach rechts und wechselt am letzten Zahn rechts auf den letzten unteren rechten Backenzahn. Von dort geht es wieder nach links. Diesen Weg verfolgt man an allen Außenflächen, danach an den Innenflächen und zuletzt auf den Kauflächen.

2. Anlegen der Zahnbürste

Das Borstenfeld wird schräg in einem Winkel von etwa 45 Grad zum Zahnfleisch (Gingiva) mittig auf die Zahnoberfläche und den Zahnfleischrand gesetzt.

3. Aktivierung

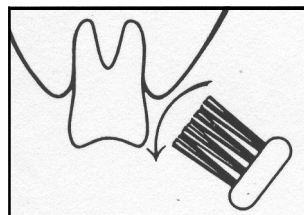
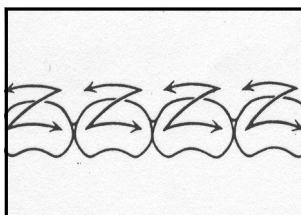


leichter Andruck gegen Zähne und Zahnfleischsaum.



4. Bewegungsablauf:

sehr kleine rotierende Bewegungen von einer Oberkieferfrontzahnbreite (ca. 5-6 mm). Es kann auch nur vibrierende, also sehr kleine Hin- und Herbewegungen gemacht werden. Dies etwa 10 mal, dann die Zahnbürste mit einer Auswischbewegung zur Kaufläche hin abdrehen. Die Zahnbürste um einen Zahn weiter neu ansetzen und dies Zahn für Zahn wiederholen. Die Kauflächen dürfen mittels herkömmlicher Schrub-Bewegung geputzt werden.



5. Vorteil:

Entfernt gezielt supra- und subgingivale Plaque, in allen Zahnputzabschnitten anwendbar und für den Erwachsenen relativ leicht zu erlernen.

6. Nachteil:

keine ausreichende Reinigung der Interdentalräume und der Approximalflächen bei zu starkem Anpressdruck oder zu großen Bewegungen Verletzungsgefahr. Nicht anwenden bei Rezessionen!

