

## Presseinformation

März 2018

### Philips: Einfache Tipps für eine bessere Mundhygiene

**Hamburg** – Eine gute Mundgesundheit hat großen Einfluss auf die Lebensqualität: die regelmäßige und sorgsame Reinigung der Zähne und Zahnzwischenräume schützt vor Karies, Zahnfleischentzündungen und kann im Zweifel sogar dabei helfen, [Herzerkrankungen zu verhindern](#)<sup>1</sup>. Erstaunlich: Laut einer Umfrage von Philips ist 75 Prozent der befragten Deutschen wichtig, zu bestimmten Anlässen (Hochzeit, Abschlussfeier etc.) ein gesundes Lächeln zu haben, andererseits sind 41 Prozent unsicher, inwiefern ihr Lebensstil (Essen, Trinken, Mundpflege) Auswirkungen auf das Weiß ihrer Zähne hat.

Inspiziert vom Weltmundgesundheitstag (20. März) haben wir ein paar Tipps zusammengestellt. Natürlich sollten Sie regelmäßig den Zahnarzt besuchen. Darüber hinaus können Sie täglich in nur wenigen Minuten Ihre Mundgesundheit deutlich verbessern – bevor Probleme entstehen.

#### Saubere Zahnzwischenräume

40 Prozent des Zahnes werden von seinem Nachbarn verdeckt, daher sind Zahnzwischenräume ein äußerst beliebtes Umfeld für Plaque und Bakterien. Es empfiehlt sich, direkt vor dem Zähneputzen die Zwischenräume zu reinigen und so die Entstehung von Karies hier zu verhindern. Einfach und bequem ermöglicht das der [Philips Sonicare AirFloss Ultra](#). Er ist nachweislich so wirksam wie Zahnseide und verbessert die Gesundheit des Zahnfleisches bereits in zwei Wochen. Auch die [Philips Sonicare Schallzahnbürsten](#) unterstützen hier mit ihrer dynamischen Flüssigkeitsströmung: Zahnpasta und Speichel werden sanft zu einer mit Sauerstoff angereicherten Flüssigkeit vermischt und durch die Zahnzwischenräume gepresst.

#### Putzen: Wann und wie lang?

Zwei Minuten können sooo lang sein... Müssen sie aber nicht! Hören Sie doch einfach Ihr Lieblingslied, das hilft dabei, diese von Zahnärzten empfohlene Putzzeit durchzuhalten. Und das am besten morgens und abends. Philips Sonicare Schallzahnbürsten reinigen mit bis zu 31.000 Bürstenkopfbewegungen pro Minute<sup>2</sup>. Das entspricht [bereits nach zwei \(!\) Minuten Putzen](#) den durchschnittlichen Bewegungen einer Handzahnbürste im gesamten Monat. Nach dem Essen bitte mindestens 30 Minuten warten, gerade wenn man vorher zucker- oder säurehaltige Lebensmittel gegessen hat. Besser: Mund ausspülen!

#### Frischer Atem

Die häufigste Ursache für Mundgeruch befindet sich zu 80 Prozent im Mund selbst - in Form von geruchsbildenden Bakterien. Sie fühlen sich besonders auf der Zunge und zwischen den Zähnen wohl. Kaugummi oder Minzspülungen helfen hier nur kurzfristig. Wirkliche Abhilfe

---

<sup>1</sup> Da Zahnfleischentzündungen und Plaque durch im Mund wachsende Bakterien verursacht werden, ist es möglich, dass die Bakterien über das Zahnfleisch direkt in die Blutbahn gelangen und von dort in das Herz.

<sup>2</sup> Je nach Modell bis zu 62.000 Bürstenkopfbewegungen pro Minute



schafft die tägliche Reinigung mit einer Zungenbürste, die die Bakterien abtötet und beseitigt: zum Beispiel der [Philips TongueCare+](#). Sie lässt sich auf jedes Philips Sonicare Handstück aufstecken. Ihre 240 beweglichen Mikroborsten fegen Bakterien und Speiseablagerungen von der Zunge, so dass sich der Mund erfrischt und sauber anfühlt. Und das bis zu acht Stunden lang. Zusätzlich kann ein Zungenspray wie das [Philips Sonicare BreathRx Z](#) unterstützen.

## Zahngesunde Ernährung

Wer viel knackiges Obst und Gemüse isst, regt den Speichelfluss an. Spucke enthält mineralisierende Substanzen, die den Zahnschmelz härten und ihn widerstandsfähiger gegen Entkalkungen (Karies) und Säureattacken<sup>3</sup> machen. Wichtig: nach dem Verzehr von Obst mindestens eine halbe Stunde mit dem Zähne putzen warten. Schwarzer und grüner Tee enthalten Mineralstoffe und Spurenelemente, ein Liter schwarzer Tee versorgt den Körper mit rund zwei Milligramm Fluorid, das den Zahnschmelz härtet und vor Karies schützt. Diese Menge deckt etwa 50 Prozent des Tagesbedarfs eines Erwachsenen<sup>4</sup>.

## Weißer Zähne

Es gibt viele Ursachen von Zahnverfärbung: Zahnalterung, äußere Faktoren wie Genuss von Kaffee, Tee, Nikotin etc. aber auch die Einnahme von bestimmten Medikamenten. Zahnärzte können hier helfen, zum Beispiel mit [Philips ZOOM!](#). Dabei wird ein Gel auf die Zähne aufgetragen, dessen Wirkstoff in den Zahn eindringt und dort die dunklen Farbmoleküle „entfärbt“. Durch den Einsatz einer speziellen Lampe mit blauem LED-Licht kann diese Reaktion intensiviert werden. Das bedeutet ein schnelleres und schonenderes Ergebnis, da so die Konzentration des Gels niedriger gewählt werden kann.

Umfrage: Alle Zahlen, soweit nicht anders angegeben, stammen von YouGov Plc. Insgesamt wurden 11.474 Erwachsene in neun Ländern (Südkorea, Australien, Frankreich, Großbritannien, Deutschland, Japan, Niederlande, Polen und USA) online vom 14.12.-29.12.2017 befragt. Die Stichproben für die einzelnen Länder wurden so zusammengestellt, dass sie für das jeweilige Land repräsentativ sind (Erwachsene ab 18 Jahren), in Deutschland waren dies 2.151.

### Weitere Informationen für Medien:

Philips GmbH Market DACH  
Jeannine Kritsch  
PR Manager Personal Health  
Telefon: 0152 / 22 80 32 33  
E-Mail: [jeannine.kritsch@philips.com](mailto:jeannine.kritsch@philips.com)

### Konsumentenfragen:

Philips Kundenservice  
Telefon: 040 / 80 80 10 980

## Über Royal Philips

Royal Philips (NYSE: PHG, AEX: PHIA) ist ein führender Anbieter im Bereich der Gesundheitstechnologie. Ziel des Unternehmens mit Hauptsitz in den Niederlanden ist es, die Gesundheit der Menschen zu verbessern und sie mit entsprechenden Produkten und Lösungen in allen Phasen des Gesundheitskontinuums zu begleiten: während des gesunden Lebens, aber auch in der Prävention, Diagnostik, Therapie sowie der häuslichen Pflege. Die Entwicklungsgrundlagen dieser integrierten Lösungen sind fortschrittliche Technologien sowie

<sup>3</sup> Bayerische Landes Zahnärztekammer, [www.zahn.de](http://www.zahn.de)

<sup>4</sup> <http://www.prodente.de/prophylaxe/einzelansicht/ernaehrung/geheimtipp-tee.html?L=0%27A%3D&cHash=2c84652d8c7c851c0e7e1770d843b63c>

ein tiefgreifendes Verständnis für die Bedürfnisse von medizinischem Fachpersonal und Konsumenten. Das Unternehmen ist führend in diagnostischer Bildgebung, bildgestützter Therapie, Patientenmonitoring und Gesundheits-IT sowie bei Gesundheitsprodukten für Verbraucher und in der häuslichen Pflege. Philips beschäftigt etwa 74.000 Mitarbeiter in mehr als 100 Ländern und erzielte mit seinem Gesundheitstechnologie-Portfolio in 2017 einen Umsatz von 17,8 Milliarden Euro. Mehr über Philips im Internet: [www.philips.de](http://www.philips.de)