

»
**ZÄHNE UND
ZAHNSPANGE –
EINE SAUBERE
SACHE!**
«



Die besten Pflegetipps für
herausnehmbare Zahnsparngen

Mobil
BETRIEBSKRANKENKASSE

DAS WELTBESTE LÄCHELN GEHÖRT DIR!

UND DAS: GESUND UND GERADE.

Eins ist sicher: Du wirst das mit Deiner neuen Zahnspange super machen. Wir helfen Dir mit Tipps zum Tragen – und cleveren Tricks zur richtigen Pflege von Zähnen und Spange. Die perfekten Helfer dazu bekommst Du heute mit Deinem supercoolen Starter-Set. Alles klar? Los geht's.

DURCHSTARTEN, LEICHT GEMACHT – MIT DEINEM STARTER-SET.

- In der **Spangendose** ist Deine Spange nach dem Herausnehmen sicher verstaut.
- Die **Färbetablette** hilft Dir, Deine Mundhygiene zu checken und da zu verbessern, wo nicht genug geputzt wurde.

Ein cleverer Tipp für Deine Eltern!

Viele Zahnärzte bieten ein Vorsorgeprogramm (Individualprophylaxe) an. Das heißt, die korrekte Zahnpflege wird erklärt und es wird gezeigt, wie man richtig putzt. **Für Kids, die schon 6 Jahre oder älter sind, übernehmen wir die Kosten.**

6 TIPPS FÜR DIE PFLEGE DER ZAHNSPANGE.



1. ZAUBERWORT: TRAGEN.

Trage Deine lose Klammer fleißig und so wie mit Deinem Kieferorthopäden besprochen.



2. RICHTIG ANFASSEN.

Halte Deine Klammer, wenn Du sie einsetzt oder herausnimmst, immer am Kunststoff fest.

3. AN ORT UND STELLE.

Lege Deine Klammer in Deine Spangendose, wenn Du sie nicht trägst. So bleibt sie heil und wird vor Beschädigungen geschützt. Übrigens: Reinige auch Deine Dose. regelmäßig.

4. TAGEIN, TAGAUS.

Mindestens zweimal am Tag solltest Du Deine Klammer reinigen. Erst unter fließendem Wasser, dann mit der Zahnbürste. Für den Fall, dass alles nichts hilft, gibt es spezielle Reinigungstabletten.

5. KONTROLLE NICHT VERGESSEN.

In gewissen Abständen muss Deine Zahnspange kontrolliert und nachgestellt werden. Deswegen sind regelmäßige Kontrolltermine bei Deinem Kieferorthopäden wichtig.



6. KEINE ZEIT VERSCHWENDEN.

Damit alles rundläuft, mache sofort einen Termin bei Deinem Kieferorthopäden, wenn Du Schmerzen beim Tragen hast, Deine Klammer verloren gegangen oder beschädigt ist.



BLITZSAUBERE ZÄHNE – IN NUR 3 SCHRITTEN!

STEP 1:

Lege Deine Zahnbürste schräg an Deine Zähne an und putze mit leichten, kreisenden Bewegungen. Erst innen, dann außen. Erst den Ober-, dann den Unterkiefer. Am besten klappt das, wenn Du Dir immer nur zwei bis drei Zähne gleichzeitig vornimmst.



STEP 2:

Jetzt sind die Kauflächen Deiner Backenzähne dran. Putze jede Fläche gründlich sauber.



STEP 3:

Zum Schluss kommt die Zahnseide für die Reinigung der Zahnzwischenräume zum Einsatz. Lass Dir dabei anfangs am besten von Deinen Eltern helfen.



HABEN DEINE ELTERN FRAGEN?

Mehr Infos rund um Zahnspangenpflege und Co. gibt es unter: [bkk-mobil-oil.de/kfo](mailto:kfo@bkk-mobil-oil.de). Oder in Deiner kieferorthopädischen Praxis.

Du oder Deine Eltern wollen sich persönlich beraten lassen? Unsere Zahnexperten haben Antworten auf alle Fragen rund um die Zahnspange.

Erreichbar sind wir per E-Mail:
kfo@bkk-mobil-oil.de

Oder per Telefon:
0800 255 3002-826

Deine BKK Mobil Oil



CELLE

Service-Point:
Burggrafstraße 1
29221 Celle

MÜNCHEN

Service-Point:
Friedenheimer Brücke 29
80639 München

HAMBURG

Service-Point:
Hühnerposten 2
20097 Hamburg

NEU-ISENBURG

Service-Point:
Martin-Behaim-Straße 8
63263 Neu-Isenburg



GERN BERATEN WIR SIE AUCH PERSÖNLICH

Besuchen Sie einen unserer Service-Points in Celle, Hamburg, München oder Neu-Isenburg. Öffnungszeiten und die Möglichkeit zur Terminvereinbarung finden Sie auf

[bkk-mobil-oil.de/termin](https://www.bkk-mobil-oil.de/termin)

Oder rufen Sie uns an:



KOSTENLOSE SERVICE-HOTLINE

0800 255 0800

[bkk-mobil-oil.de](https://www.bkk-mobil-oil.de)

Mobil

BETRIEBSKRANKENKASSE