

Diese Meldung kann unter <http://www.presseportal.de/pm/6910/1474756/auf-den-zahn-gefuehlt-maenner-sind-die-groesseren-zahnputzmuffel> abgerufen werden.

# TK Techniker Krankenkasse

Auf den Zahn gefühlt: Männer sind die größeren Zahnputzmuffel

14.09.2009 - 12:06 Uhr, TK Techniker Krankenkasse

Hamburg (ots) - Zähne sind das Aushängeschild eines jeden Menschen. Bei richtiger Pflege können sie bis ins hohe Alter halten. Laut einer aktuellen Forsa-Umfrage im Auftrag der Techniker Krankenkasse (TK) putzen sich mindestens vier von fünf Bundesbürgern morgens und abends regelmäßig die Zähne. Immerhin 13 Prozent der Befragten reinigen ihre Beißerchen sogar nach dem Mittagessen. Das klingt zunächst ermutigend, bedeutet im Umkehrschluss aber auch, dass sich morgens fast jeder Siebte und abends sogar jeder Fünfte nicht die Zähne putzt. Dabei sind Männer im Vergleich zu Frauen die größeren "Zahnputzmuffel": Knapp ein Viertel der Männer putzt sich abends nicht die Zähne.

Dr. Ernst Sobotta, Zahnarzt am TK-Ärztezentrum rät: "Die Zähne sollte man sich morgens nach dem Frühstück und abends vor dem Schlafengehen mindestens drei Minuten lang putzen. Auch nach dem Mittagessen sollten die Zähne gereinigt oder zumindest der Mund gespült werden, um die Speisereste zu entfernen. Schafft man das nicht, tut es ausnahmsweise auch ein zuckerfreies Zahnpflegekaugummi."

Doch auch wer sich vorbildlich nach jedem Essen die Zähne putzt, macht noch nicht alles richtig. Der Spruch "Nach dem Essen Zähneputzen nicht vergessen" gilt heute nur noch bedingt. "Wer säurehaltige Getränke sowie Speisen zu sich genommen hat, sollte mindestens eine halbe Stunde warten; vorher schädigt er mit der Bewegung der Zahnbürste den durch die Säure aufgeweichten Zahnschmelz", so der Zahnarzt.

Vergessen ist menschlich - dieses Sprichwort trifft leider bei vielen auch auf das Zähneputzen zu. Laut der Forsa-Umfrage vergisst mindestens jeder Vierte in Deutschland mehrmals im Monat, sich die Zähne zu putzen. Als die häufigsten Gründe dafür gaben die Befragten an:

- man war zu müde (29 Prozent)
- man hat es einfach vergessen (23 Prozent)
- man hatte keine Zeit (22 Prozent)

Generell kam die Forsa-Umfrage zu dem Ergebnis: Menschen, die mit ihrer Mundgesundheit zufrieden sind und auf das Aussehen ihrer Zähne achten, pflegen ihre Zähne wesentlich sorgfältiger. Sie vergessen im Vergleich zum Rest der Befragten seltener, sich die Zähne zu putzen.

Für die bevölkerungsrepräsentative Umfrage hat das Meinungsforschungsinstitut Forsa zwischen dem 1. und dem 9. Juli 2009 im Auftrag der TK 1.000 Personen telefonisch befragt.

Hinweis für die Redaktionen:

Weitere Presseinformationen rund um die Zahnputzgewohnheiten und das Zahnvorsorgeverhalten in Deutschland sowie Tipps zur richtigen Zahnpflege und zahngesunden Ernährung enthält der aktuelle TK-Medienservice "Zahngesundheit: Deutschland in den Mund geschaut", der mit Illustrationsvorschlägen unter [www.presse.tk-online.de](http://www.presse.tk-online.de) zur Verfügung steht.

Für Rückfragen:

Daniel Burgstaler, TK-Pressestelle  
Tel.: 040 - 6909 - 3268  
Fax: 040 - 6909 - 1353  
E-Mail: [daniel.burgstaler@tk-online.de](mailto:daniel.burgstaler@tk-online.de)

Originaltext:

TK Techniker Krankenkasse

Pressemappe:

<http://www.presseportal.de/pm/6910/tk-techniker-krankenkasse>

Pressemappe als RSS:

[http://presseportal.de/rss/pm\\_6910.rss2](http://presseportal.de/rss/pm_6910.rss2)