



# Professionelle Mundhygiene

in unseren Zahnambulatorien



bvneb  
Versicherungsanstalt  
Öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau



## Was ist eine professionelle Mundhygiene?

Mit der Zeit bilden sich an den Zähnen Beläge aus Bakterien. Wenn diese nicht regelmäßig und gründlich genug entfernt werden, verursachen sie Karies und Parodontitis (Entzündung des Zahnfleisches). Das kann zu Zahnverlust führen und den gesamten Körper schädigen. Tägliches gründliches Zähneputzen mit (Fluorid-)Zahnpasta gegen Zahnbelag und die Reinigung der Zahnzwischenräume kann die Bildung von Zahnbelag verhindern.

Gegen hartnäckige Zahnbeläge hilft die Zahnbürste nicht mehr. Deshalb gibt es die professionelle Mundhygiene. Dort werden diese Beläge entfernt und die Zähne bleiben gesund. Sie hilft außerdem, das natürliche Weiß Ihrer Zähne zu erhalten.

**„Die professionelle Mundhygiene ist eine sanfte Behandlung“**

Mit feinen Ultraschallgeräten wird der Zahnstein entfernt





Politur der Zahnoberfläche im Rahmen der Mundhygiene



## Wie läuft eine professionelle Mundhygiene ab?

1. Bei einem Termin begutachtet unser zahnärztliches Personal Ihre Zähne.
2. Sie erhalten einen Termin für Ihre professionelle Mundhygiene.
3. Bei dieser werden alle harten (Zahnstein) und weichen Beläge auf und zwischen Ihren Zähnen entfernt. Auch Verfärbungen, etwa bedingt durch Kaffee, Tee oder Rauchen, können auf diese Weise beseitigt werden. Ihre Zähne werden glattpoliert und zum Schutz vor Karies mit Fluoridgel überzogen.
4. Eine professionelle Zahnreinigung dauert je nach Verfärbungsgrad zwischen 30 und 45 Minuten.
5. Eine persönliche Beratung und Empfehlungen für die Zahnpflege zu Hause sowie Tipps für eine gesunde Ernährung bilden den Abschluss der Behandlung.

**„Die regelmäßige und professionelle Mundhygiene hilft Ihre Zähne gesund und strahlend zu erhalten“**



## Was kostet eine professionelle Mundhygiene für Erwachsene?

Die Mundhygiene muss von erwachsenen Personen vorerst selbst bezahlt werden. Versicherte der BVAEB können die Rechnung danach zur Kostenerstattung einreichen und erhalten einen Teil der Kosten zurück. Versicherte anderer Kassen (z.B. ÖGK, SVS, KFA) können mögliche Zuschüsse dort erfragen.

Die Kosten für die Mundhygiene sind bei den niedergelassenen Zahnärztinnen und Zahnärzten unterschiedlich hoch.

Im Falle einer bereits fortgeschrittenen Zahnerkrankung bieten die Zahnambulatorien der BVAEB weiterführende Therapieoptionen an.

**„BVAEB-Versicherte können die Rechnung für einen möglichen Zuschuss einreichen“**

Die Kosten für die Mundhygiene in den BVAEB-Zahnambulatorien sind auf unserer Website ersichtlich:

[www.bvaeb.at/zahn](http://www.bvaeb.at/zahn)





## Was kostet eine professionelle Mundhygiene für Kinder bzw. Jugendliche?

Für Kinder bzw. Jugendliche zwischen dem vollendeten 10. und dem vollendeten 18. Lebensjahr ist die professionelle Mundhygiene einmal im Jahr gratis, wenn sie in einem BVAEB-Ambulatorium oder bei einem Kassenarzt oder einer Kassenärztin in Anspruch genommen wird.

Wird die Mundhygiene bei einer Wahlärztin oder einem Wahlarzt in Anspruch genommen, muss die Rechnung vorerst selbst bezahlt und im Anschluss zur Kostenerstattung bei der zuständigen Kasse eingereicht werden.

Sollte in dieser Altersgruppe eine kieferorthopädische Behandlung mit festsitzender Zahnspange durchgeführt werden, dann werden die Kosten für die Mundhygiene zweimal im Jahr übernommen.

**„Die Kosten für Mundhygiene werden im Alter von 10 bis 18 Jahren von der Krankenkasse übernommen“**

Mundhygiene ist bei einer festsitzenden Zahnspange wichtig





## Was kann ich tun, um meine Zähne gesund zu erhalten?

- » Verwenden Sie zur Säuberung neben einer Zahncreme mit Fluorid unbedingt auch Zahnseide oder Zwischenraumbürsten.
- » Achten Sie auf eine gesunde Ernährung. Diese hält auch Ihre Zähne fit.
- » Vermeiden Sie Zucker und Rauchen. Damit tragen Sie zu Ihrer Gesundheit, nicht nur im Mund, bei.



## Tipps für die Zahngesundheit von Kindern

- » Putzen Sie die Zähne Ihres Kindes ab dem ersten Milchzahn.
- » Putzen Sie die Zähne Ihres Kindes bis ins späte Volksschulalter nach.
- » Benutzen Sie dazu Kinderzahnbürsten mit kleinem Kopf und einer geringen Menge an Kinderzahncreme.
- » Verwenden Sie auch bei Ihrem Kind Zahnseide.
- » Nehmen Sie Ihr Kind so früh wie möglich zur zahnärztlichen Kontrolle mit. So lernt es die neue Umgebung in entspannter Atmosphäre kennen.

**„Zahngesundheit beginnt schon bei den Kleinsten“**



## Tipps für die richtige Zahnpflege

- » Putzen Sie zweimal täglich Ihre Zähne – aber drücken Sie nicht zu fest auf.
- » Grundsätzlich wird das Zähneputzen nach dem Essen empfohlen.
- » Verwenden Sie fluoridhaltige Zahncremes, damit die Zähne gegen Karies gestärkt werden.
- » Verwenden Sie Zahnseide für die Zahnzwischenräume. Bewegen Sie die Zahnseide sanft auf und ab. Damit werden Beläge entfernt, in denen Bakterien leben. Welche Art von Zahnseide für Sie die richtige ist, erfahren Sie von unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in den Zahnambulatorien.
- » Wechseln Sie Ihre Zahnbürste etwa alle drei Monate.
- » Benutzen Sie einen Zungenschaber oder eine Zungenbürste, um den bakteriellen Belag auf der Zunge, der oft Mundgeruch verursacht, zu entfernen.
- » Gehen Sie regelmäßig zur professionellen Mundhygiene. Das hilft, Ihre Zähne gesund und strahlend zu erhalten.

**„Gründliche und regelmäßige Zahnpflege ist ein wichtiger Beitrag für Ihre Gesundheit“**





## BVAEB-Zahnambulatorien

### **Wien Praterstern**

Telefon: 050405-37400

### **U3Med Erdberg**

Telefon: 050405-13999

### **Wien Josefstadt**

Telefon: 050405-21970

### **Wien Westbahnhof**

Telefon: 050405-37200

### **St. Pölten**

Telefon: 050405-37220

### **Graz**

Telefon: 050405-37340

### **Eisenerz**

Telefon: 050405-37380

### **Linz**

Telefon: 050405-37240

### **Salzburg**

Telefon: 050405-27310

### **Villach**

Telefon: 050405-37320

### **Innsbruck**

Telefon: 050405-37280

### **Feldkirch**

Telefon: 050405-37300

Weitere Details zu den BVAEB-Zahnambulatorien erhalten Sie auf unserer Website:

[www.bvaeb-ambulatorien.at](http://www.bvaeb-ambulatorien.at)



#### **Impressum**

**Medieninhaber:** Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau, 1080 Wien

**Bild Cover:** © Robert Kneschke/Shutterstock.com

**Quellen:** Gesamtösterreichisches Prophylaxeprogramm, 2012 – [https://wr.zahnaerztekammer.at/fileadmin/content/shared/infocenter/leitfaden\_muster/prophylaxe/Prophylaxeprogramm.pdf] zuletzt aufgerufen am 31.10.2023; Zahnärztekammer „Mundhygiene für zu Hause 12 Tipps“ [https://www.zahnaerztekammer.at/patientinnen/prophylaxe/mundhygiene-12-tipps] zuletzt aufgerufen am 31.10.2023; Handbuch zur Erstellung von „Guten Gesundheitsinformationen“

**Auflage:** 12/2025, Online-Version

Diese Publikation wurde mit größter Sorgfalt erarbeitet und geprüft, trotzdem kann es zu Druck- oder Satzfehlern kommen. Rechtsansprüche können daraus nicht abgeleitet werden. Informationen nach Artikel 13 und 14 Datenschutz-Grundverordnung betreffend die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten finden Sie auf unserer Website unter [www.bvaeb.at](http://www.bvaeb.at)/Datenschutz. Es liegen keine Interessenskonflikte vor.