

Der Zahnbürsten-Check

Schöne Zähne sind Sympathieträger. Sie steigern die Attraktivität eines Menschen in hohem Maße. Und – das haben Untersuchungen ergeben – sie entscheiden sogar in vielen Unternehmen mit darüber, wer die Karriereleiter höherklettert. Die Pflege schöner Zähne beginnt im frühesten Kindesalter. Doch was können die neuesten High-Tech-Modelle? Wir haben es ausprobiert.

Was ist besser: die Zähne elektrisch oder manuell mit der Handzahnbürste zu putzen? Darüber lassen die Experten mittlerweile keinen Zweifel mehr. Die elektrische Zahnbürste hat in Sachen Putzergebnis die Bürste klar vorne. Schon allein, weil mit ihr durch eingebaute Timer nachweislich länger geputzt wird als mit einer Handzahnbürste. Untersuchungen zeigten, dass mit einer Handzahnbürste im Schnitt nur 65 Sekunden geputzt wird, mit der elektrischen halten die Nutzer dagegen in der Regel die von Zahnärzten empfohlenen zwei Minuten ein. Auch aufgrund des hohen Maßes an Schwingungen und Rotationen reinigt die elektrische Zahnbürste deutlich gründlicher und effektiver. Wer allerdings sorgfältig nach zahnärztlichen Richtlinien putzt und das mindestens zwei Mal am Tag zwei Minuten lang, wird auch mit einer Handzahnbürste seine Zähne ausreichend pflegen. Doch egal, ob elektrisch oder mit der Hand: Der Einsatz von Zahnseide oder Interdentalbürsten für die Zahnzwischenräume wird von Fachleuten zusätzlich empfohlen.

Während Kinder erst ab drei Jahren mit einer elektrischen Kinderzahnbürste putzen sollten, wird Erwachsenen von Zahnärzten zunehmend geraten, elektrisch zu putzen. Die so gepflegten Zähne sind nachweislich sauberer. Ob dabei „oszillierend-rotierende“ Bürsten mit runden Köpfen, die halbkreisförmig hin- und herschwingen, oder „schallaktive“ Zahnbürsten mit länglichen Köpfen, die durch Vibration des Bürstenkopfes reinigen, oder aber – recht neu im Markt – Ultraschall genutzt werden, hängt von den persönlichen Putzvorlieben ab.

Wir haben drei der „Sportwagen“ unter den elektrischen Zahnbürsten

getestet und unsere ganz persönlichen Erfahrungen hier wiedergegeben. Wir, das sind Eva Kühn, Teamleiterin Zahnleistungen, Christian Ott aus dem Produktmanagement und Michaela Ansems aus dem Marketing. Schon vorab lässt sich als Urteil sagen: Die teuren Zahnbürsten sind wirklich sehr gut, was das Putzergebnis betrifft, aber auch günstigere Modelle mit etwas weniger Technikausstattung sind eine gute Alternative.

MICHAELA ANSEMS testet die Oral B Genius 9000S

Auffallend ist der enorme Lieferumfang, den dieses Modell hat. Es gibt neben der elektrischen Bürste selbst ein Ladegerät, ein Reiseetui mit integrierter USB-Ladefunktion, dazu ein extra Kabel zum Aufladen des Reiseetuis, vier Aufsteckbürsten (zwei Mal Ultra Thron, ein Mal CrossAction, ein Mal 3D White), eine Aufbewahrungsbox für die Bürstenköpfe, eine Halterung für das Smartphone zwecks Nutzung der kostenlosen Oral B-App, eine Kurzanleitung und eine ausführliche Bedienungsanleitung.

An dieser Zahnbürste ist vieles sehr smart. Angefangen mit einem Leuchtring an der Bürste, der während des Putzens sofort rot aufleuchtet, wenn der Druck auf Zähne und Zahnfleisch zu stark wird. Tolle Sache, denn ist das der Fall, schaltet die Bürste automatisch in das langsamere Sensitiv Programm (eins von insgesamt sechs Programmen) um. Diese Andruckkontrolle finde ich persönlich sehr gut, da durch zu heftiges Putzen Schäden an Zahnfleisch und auch Läsionen (kleine Einkerbungen) an den Zähnen entstehen können, die auf Dauer die Zähne schädigen. Der Leuchtring ist auch als kleine Spielerei nutzbar. Denn ist die

Zahnbürste per App mit dem Smartphone verbunden, kann man je nach Stimmung diesen Ring in 12 unterschiedlichen Farben leuchten lassen.

Auch mit der kostenlosen Oral B-App, die sich via Bluetooth mit der Bürste verbindet, können Technikverliebte noch

so einiges anstellen. Vorweg: Das Handy ist in der Halterung wirklich sicher, denn diese hält bombenfest an jeder glatten Oberfläche. Mithilfe der App und der Smartphone-Kamera kann man sehen, welche Bereiche im Mund wie lange geputzt und welche Bereiche vergessen wurden. Die App zeichnet auch das Putzverhalten auf und lässt sich quasi wie ein Putztagebuch nutzen, um den Reinigungserfolg zu verbessern. Außerdem erinnert sie einen daran, die Zähne zu putzen, Zahnseide zu benutzen

oder den Bürstenkopf zu wechseln. Es gibt sogar News zu lesen: Das Wetter wird angezeigt, Stimmungsbilder, Zitate und noch einiges mehr. Aber das ist ein Add-on, das ich nicht wirklich genutzt habe.

Es gab immer wieder Kritik an dieser App, weil sie zumindest in der Android-Version zu viele Daten senden würde. Hier muss jeder selbst entscheiden, ob und in welchem Umfang er die App nutzt. Ich fand es nach einiger Zeit zu viel, und es lenkte mich auch gerade morgens, wenn ich es etwas eiliger habe, vom Putzen ab.

Was die Zahnreinigung betrifft, bin ich ein absoluter Fan der Oral B 9000 S. Die Zähne fühlen sich glatt und sauber an. Als Schwarztee-Trinkerin stelle ich fest, dass sich auch die typischen Verfärbungen gut

wegputzen lassen, und Zahnfleischbluten ist dank der Andruckkontrolle kein Thema. Außerdem punktet die Oral B 9000 S mit einer Akkulaufzeit von bis zu zwölf Tagen.

EVA KÜHN testet die Philips Sonicare DiamondClean Smart

Beim Auspacken bin ich gleich von dem edlen dunkelblauen Design der Philips Sonicare beeindruckt. Das Zubehör ist üppig. Es gibt drei verschiedene Bürstenköpfe: einen zur Plaque-Entfernung, einen zur Reinigung und Pflege des Zahnfleisches und einen zur Aufhellung der Zähne. Sie sind mit einer Mikrochip-Erkennungstechnologie ausgestattet. Nach dem Aufstecken auf das Handstück wählt die Schallzahnbürste automatisch den passenden Putzmodus und schlägt eine der drei Intensitätsstufen vor. Außerdem im Lieferumfang: der Zungenreiniger-Aufsatz Tonguecare+, ein Ladeglas und ein Reiseladeetui mit USB-Anschluss.

Auch hier wird es smart: Mit der kostenlosen Sonicare-App hat man seinen „Personal Trainer“ in Sachen Zahnpflege.

Hier bekommt man ein Echtzeit-Feedback zur Optimierung der Putztechnik und Hilfestellung zur Verbesserung der Zahnpflege. Übersehene Mundpartien werden angezeigt und Problembereiche hervorgehoben. Für die Bürstenköpfe gibt es dann auch noch einen Nachbestell-Service. Die App ist alles in allem eine tolle Sache, nur im Alltag manchmal etwas umständlich.

Richtig klasse ist die Andruckkontrolle. Bei zu heftigem Druck leuchtet unten am Handstück ein Ring auf, und die Bürste vibriert als zusätzliches Warnsignal. Als ehemalige Zahnarzt-Helferin weiß ich, wie viel Schaden Zähne und Zahnfleisch nehmen können, wenn beim Putzen zu stark aufgedrückt wird. Auch die Akku-Laufzeit ist hervorragend. Bis zu zwei Wochen lang bei zwei Mal täglich zwei Minuten Putzen. Die Ladezeit von 12 Stunden ist dann zwar lang, aber ok. Am Putzergebnis gibt es



