Ernährungsberatung

In einer Ernährungsberatung wird Ihnen aufgezeigt, wie Sie durch Ihr Essverhalten und eine ausgewogene Ernährung die Gefahr von Zahn- und Zahnfleischerkrankungen reduzieren können.

Ferner beantwortet die Ernährungsberatung folgende Fragen:

- Welche Nahrungsmittel sind zahnschonend?
- Welche Nahrungsmittel greifen den Zahn an, und warum?
- Wie oft am Tag kann bedenkenlos etwas Süßes gegessen werden?
- Sollten die Zähne immer direkt nach dem Essen geputzt werden?
- Welche Nährstoffe braucht der Zahn?
- Wie wichtig sind Jod und Fluor – und wo sind diese Spurenelemente enthalten?

Ihr Nutzen

Die Ernährungsberatung zeigt Ihnen, wie Sie sich vor Zahn- und Zahnfleischerkrankungen schützen können und welche Nahrungsmittel Ihre Zahngesundheit verbessern.