Köln, 19.3.2025

Stichpunkte:

#Sportmundschutz

#Mundschutz

#Zahnschutz

#Zahnunfall

#Zahnunfall Sport

#Sportmundschutz Dentallabor

#individueller Mundschutz

#Mundschutz 3D-Druck

#Mundschutz Freizeitsport

#Mundschutz säubern

**Kontakt:**

Initiative proDente e. V.

Aachener Straße 1053-1055

50858 Köln

Fon: +49 221 170 99 740

Fax: +49 221 170 742

Mobil +49 163 776 336 8

[info@prodente.de](mailto:info@prodente.de)

[www.prodente.de](http://www.prodente.de)

[www.facebook.com/proDente.e.V](http://www.facebook.com/proDente.e.V).

[www.youtube.com/prodenteTV](http://www.youtube.com/prodenteTV)

[www.twitter.com/proDente](http://www.twitter.com/proDente)

[www.instagram.com/initiative\_prodente](http://www.instagram.com/initiative_prodente)/

[www.pinterest.com/prodente](http://www.pinterest.com/prodente/)

[www.tiktok.com/@initiative\_prodente](http://www.tiktok.com/@initiative_prodente)

www.linkedin.com/company/prodente

**Presseinformation**

**Sportmundschutz: Was müssen Freizeitsportler beachten?**

* Ein Mundschutz aus dem Dentallabor ist zuverlässiger
* Sportmundschutz: elastisch und starr zugleich
* Auch digitale Herstellung heutzutage möglich
* Regelmäßig kontrollieren lassen, ob Schutz gut sitzt

**Rund 40 Prozent aller Zahnunfälle ereignen sich beim Sport. Grundsätzlich haben alle Sportarten mit Sturzgefahr, Spielerkontakt und mit Geräten wie Schlägern ein erhöhtes Risiko für Verletzungen von Zähnen, Mund und Kiefer. Das Tragen eines Mund- oder Zahnschutzes ist bei diesen Sportarten daher auch bei Freizeitsport empfehlenswert. Wichtig zu wissen: Nur individuell für die Sportlerin oder den Sportler und die jeweilige Sportart hergestellter Schutz aus dem zahntechnischen Labor schützt zuverlässig.**

„Ein Mund- oder Zahnschutz beugt nicht nur Verletzungen von Zähnen und Mundschleimhaut vor, sondern schützt auch Lippen, Zunge, Wangen, Ober- und Unterkiefer sowie die Kiefergelenke bei einem Zahnunfall. Zudem verringert er das Risiko für eine Gehirnerschütterung. Denn der Schutz fängt Kräfte ab, die bei einem Aufprall auf die Kiefer einwirken“, erklärt Prof. Dr. Andreas Filippi, Universitäres Zentrum für Zahnmedizin Basel, Schweiz, und Präsident der Schweizerischen Gesellschaft für Sportzahnmedizin. „Voraussetzung ist, dass der Mund- oder Zahnschutz gut sitzt. Nur so kann er ausreichend schützen.“

**Ein Mundschutz aus dem Dentallabor ist zuverlässiger**

Zuverlässig schützt individuell hergestellter Mund- oder Zahnschutz aus dem zahntechnischen Labor. Studien zeigen, dass die Verletzungsrate um 60 Prozent sinkt. Fertige Modelle aus dem Sportgeschäft sowie ein Mund- oder Zahnschutz, der selbst an das eigene Gebiss angepasst wird, sind deutlich schlechter bei der Schutzwirkung und können sogar nachteilig wirken. Letztendlich entscheiden die Schutzwirkung und der Tragekomfort, ob die Sportlerin oder der Sportler den Schutz auch wirklich ohne Probleme trägt. Denn schlecht sitzender, falsch positionierter Mund- oder Zahnschutz kann schmerzhaft drücken oder das Atmen und Sprechen erschweren. Das kann die Leistungsfähigkeit der Sportlerin oder des Sportlers erheblich beeinträchtigen.

**Sportmundschutz: elastisch und starr zugleich**

Für den individuellen Mund- oder Zahnschutz nimmt die Zahnärztin oder der Zahnarzt Abformungen beider Kiefer und bestimmt die Lage von Ober- und Unterkiefer zueinander. Nach diesen Vorgaben fertigt die Zahntechnikerin oder der Zahntechniker Modelle an. Anhand dieser Modelle wird im zahntechnischen Meisterlabor mit einer speziellen Technik aus verschieden harten und weichen Kunststoffen der Schutz hergestellt. Um dämpfende Eigenschaften zu haben, muss der Kunststoff einerseits elastisch sein. Andererseits muss er starr genug sein, um die bei einem Unfall einwirkenden Kräfte auf eine große Fläche zu verteilen. In der Regel trägt die Sportlerin oder der Sportler den Mund- oder Zahnschutz im Oberkiefer.

**Auch digitale Herstellung heutzutage möglich**

Neben der klassischen Abformung können heutzutage moderne Intraoralscanner ein präzises 3D-Bild der Zähne und Kiefer erstellen. Diese Daten sendet die Zahnarztpraxis digital an das zahntechnische Labor. Sie sind die Basis für die Anfertigung von Mund- oder Zahnschutz vor allem mittels computergestützter Herstellung. Denn auch der 3D-Druck hat inzwischen in der Zahnmedizin Einzug erhalten. Er ist eine sogenannte additive Fertigungstechnik. Additiv bedeutet: Ein Drucker trägt anhand von digitalen Daten Schicht für Schicht Materialien exakt auf und verbindet sie, bis er ein dreidimensionales Objekt, also den Sportmundschutz, gefertigt hat. Zahnärztliches und zahntechnisches Fachwissen sind trotz Computerfertigung dennoch weiterhin unerlässlich.

**Regelmäßig kontrollieren lassen, ob Schutz gut sitzt**

Genau wie die Zähne ist der Mund- oder Zahnschutz regelmäßig zu reinigen. Nach jedem Tragen am besten unter fließendem Wasser abspülen und mit einer Zahnbürste und milder Seife oder Spülmittel säubern. Danach den Schutz trocknen und in einer speziellen Box aufbewahren. Im Rahmen der üblichen Vorsorgeuntersuchungen sollte die Zahnärztin oder der Zahnarzt auch regelmäßig prüfen, ob der Mund- oder Zahnschutz noch gut sitzt. Insbesondere bei Kindern kann es sein, dass er in Abständen der Entwicklung von Zähnen und Kiefer anzupassen oder neu anzufertigen ist. Besonderes Gimmick: Auf Wunsch fertigt die Zahntechnikerin oder der Zahntechniker den Mund- oder Zahnschutz auch mehrfarbig an, z.B. in den Vereinsfarben. Es ist sogar möglich, Bilder oder Aufschriften einzuarbeiten. So wird aus einer medizinischen Vorsichtsmaßnahme ein cooles Sportgerät. Das steigert die Akzeptanz gerade bei Kindern und Jugendlichen.

**4.673 Zeichen, Beleg erbeten**

**Initiative proDente e.V. – Fakten**

proDente informiert über gesunde und schöne Zähne. Die Inhalte werden von Fachleuten wissenschaftlich geprüft.

proDente arbeitet für Journalisten, bietet Broschüren an und postet online. Fotos und Filme ergänzen die Informationen.

Zahnärzte, Zahntechniker und Hersteller engagieren sich seit 1998 in der Initiative proDente e.V.

**Geschäftsstelle**

Dirk Kropp, Geschäftsführer, ist mit dem proDente-Team Ansprechpartner für alle Fragen rund um die Öffentlichkeitsarbeit.

Telefon: 0221/17099740, Mail: info@prodente.de