

## ISNINGER

### Hvad er isninger?

Isninger er en ubehagelig følelse i tænderne, og kan være til stor gene. Mange oplever en ubehagelig følelse, når de indtager for kold mad og drikke. Smerterne kommer ofte uventet, og optræder kun kortvarigt.



### Hvordan foregår behandlingen?

I værste tilfælde er isninger et resultat af dybe huler i tænder eller blottede tandhalse, der er opstået, fordi dit tandkød har trukket sig tilbage. Syreholdige mad- og drikkevarer kan også være årsag til isninger. Det er meget vigtigt, at du besøger tandlægen hvis isninger opstår, så du kan finde ud af, hvad årsagen til isningerne er.

Du skal også være opmærksom på din tandbørstningsteknik. Man bør undgå at børste sine tænder for hårdt og for meget på tværs. Vi anbefaler, at du bruger en blød tandbørste og en tandpasta med lav slibeeffekt. En tandpasta med det formål at gøre dine tænder hvidere, har ofte et højt indhold af slibemiddel. Vi anbefaler ligeledes, at du anvender en tandpasta med fluor. Vi tilråder under alle omstændigheder, at du får tjekket dine tænder hos tandlægen, hvis du oplever isninger.