

# Prophylaxe beginnt bereits im Kindesalter



*Gewissenhafte Oralprophylaxe im heimischen Badezimmer: Eltern sollten die Zähne einmal abends von allen Seiten sauber putzen, bis der Nachwuchs selbst dazu in der Lage ist.*



*Altersbezogenes Zahnbürstkonzept gemäß der verschiedenen Entwicklungsstufen: handlicher Griff, altersgerechte Borstenkonfiguration und gepolsterte Spitze des Bürstenkopfes.*

*Mit einer gründlichen Mundhygiene haben Kinder gut lachen – und noch als Erwachsene viel Freude an ihren Zähnen. Daher ist es auch wichtig, schon ganz früh mit einer altersgerechten und effizienten Oralprophylaxe zu starten.*

## Redaktion

Bei der Prophylaxe spielen zunächst die Eltern die Hauptrolle: Sie sind zum einen gefordert, ihrem Nachwuchs die regelmäßige Zahnpflege beizubringen und sie vor allem durch ihr Vorbild zur gewissenhaften, eigenständigen Mundhygiene zu motivieren und zum anderen die Zähne der Kinder jeden Abend rundum sauber zu putzen. Dr. Andrea Thumeyer, Vorsitzende der Landesarbeitsgemeinschaft Jugendzahnpflege in Hessen (LAGH), weiß, dass es an zahnärztlichen Bemühungen und geeigneten Mundpflegeprodukten kaum mangelt, wohl aber noch vielfach am Wissen der Eltern, wie sie ihren Kleinen einen optimalen Start für lebenslange Zahngesundheit ermöglichen können.

### Zähneputzen als Ritual

Keine leichte Aufgabe, denn die Kleinen zu einer gewissenhaften Oralprophylaxe zu bewegen, erscheint vielfach als ein ausgewachsenes Problem. „Hier sollten sich Eltern ihrer Vorbildrolle bewusst werden. Nur wenn sie im Beisein ihrer Kinder selbst regelmäßig und gründlich ihre Zähne putzen, werden diese ihr Verhalten imitieren. Die Mundpflege sollte dabei unbedingt einen bestimmten Platz im Tagesablauf – morgens vor oder nach dem Frühstück, abends vor dem Schlafengehen – einnehmen, also als Gewohnheit wahrgenommen werden. Adaptieren Kinder dieses Ritual in frühen Jahren, werden sie es meist ihr ganzes Leben lang auf ähnliche Weise praktizieren“, prognostiziert Dr. Thumeyer. Neben ihrer Vorbildrolle sollten Eltern in den ersten Lebensjahren der Kinder auch noch selbst Hand anlegen – der Grundstein für eine effiziente Mundpflege wird schon mit dem Durchbruch des ersten Milchzahns gelegt:

Von diesem Moment an müssen Vater und Mutter stets die Zähne einmal abends von allen Seiten sauber putzen, und das so lange, bis der Nachwuchs selbst in der Lage ist, eine systematische und gründliche Mundpflege zu betreiben, d. h. Zähne selber plaquefrei putzen kann. Dieser Zeitpunkt ist nach Expertenmeinung erst erreicht, wenn das Kind im Grundschulalter flüssig Schreibrschrift schreiben kann. Spätestens dann sind alle Kinder rein handmotorisch in der Lage, durch die KAI-Putzsystematik alle Zahnflächen zu erreichen und durch geeignete Bewegungen auch sauber zu putzen.

### Zuckerfreier Vormittag

Eltern sollten auch auf eine gesund erhaltende Ernährung ihrer Kinder achten. So wird davon abgeraten, Süßigkeiten als Trost oder als Belohnung für gute Leistungen einzusetzen. „Kinder lassen sich ebenso gut durch andere Formen der Belohnung, wie zum Beispiel Mal- und Schreibutensilien, zu guten Noten motivieren. Ein ehrliches Lob und Anerkennung bestärken Kinder in dem gewünschten Verhalten.“ Doch damit das Erziehungsziel einer regelmäßigen und gründlichen Oralprophylaxe zu Hause wirklich erreicht wird, bedarf es neben entsprechender Aufklärung vor allem eines: Spaß am Zähneputzen! Davon ist auch Dr. Thumeyer überzeugt: „Das oberste Ziel ist es, die Freude am Zähneputzen zu wecken und dauerhaft zu erhalten. Denn das Erlernen der Zahnpflege ist primär eine pädagogische Aufgabe und sekundär eine zahnmedizinische Intervention. Dazu kommt es wiederum darauf an, bei der Motivation zur gewissenhaften Mundhygiene den richtigen Nerv zu treffen. Wichtig ist außerdem, dass

## tipp:

Exklusiv für Zahnarztpraxen gibt es noch bis zum 18.12.2006 im Rahmen der Oral-B Weihnachtsaktion 20% Rabatt auf ein mit 96 Stages-Zahnbürsten bestücktes Display sowie limitierte Versionen der Ausführungen „Stages 2“ und „Stages 3“ zum Vorzugspreis! Bestellungen unter Tel.: 0 61 73/30 32 85.