

Beginnen Deutsche zu spät mit Zahnpflege bei Kindern?

Über 80 Prozent der Deutschen glauben, dass die Zahnpflege bei Kindern erst nach dem zweiten Lebensjahr oder später beginnen sollte. Weitere 19,3 Prozent der Befragten halten das erste Lebensjahr für den richtigen Zeitpunkt mit der Zahnpflege zu beginnen. Nur 0,5 % glauben, dass Zahnpflege von Geburt an

dass diese mit dem Durchbruch bereits gepflegt werden müssen.

Experten raten, schon vom ersten Zahn an mit Wattestäbchen oder einem feuchten Mulltuch Beläge von den Zähnen zu entfernen. Insbesondere bei sehr häufigem Stillen tags und nachts kann Karies ausgelöst werden.

Besser ist es daher, längeres Stillen auf wenige Male am Tag einzuschränken und die Zähne einmal täglich unter Verwendung eines Hauchs fluoridhaltiger Zahncreme sanft zu reinigen.

Bekommt Ihr Kind die Flasche, gilt das Gleiche: Dauernuckeln mit insbesondere süßen oder säurehaltigen Getränken sollte dringend vermieden und die Zähne regelmäßig gereinigt werden. Gewöhnen Sie Ihrem Nachwuchs

das Fläschchen möglichst nach einem Jahr ab und stellen Sie auf Becher und Tassen um. Am besten sind Wasser und ungesüßte Tees für Kinderzähne.

Milchzähne brauchen sorgfältige Pflege

Bereits mit dem Durchbruch der ersten Zähne kommt die erste Kinderzahnbürste zum Einsatz. Achten Sie darauf, dass die Borsten weich sind. Nehmen Sie sich für das Putzen der Zähne Zeit und richten Sie es als festes Morgen- und Abendritual vor dem Zubettgehen ein. Bis zum vollendeten zweiten Lebensjahr sollte einmal täglich ein Hauch von fluoridierter Kinderzahncreme verwendet werden. Mit etwa drei Jahren ist Ihr Kind selbst in der Lage, eine Zahnbürste zu benutzen. Jetzt heißt es üben, üben, üben. Dabei sind die Kau-, Außen- und Innenflächen gründlich zu reinigen. So leicht es klingt, ein Kind schafft dies nicht ohne Hilfe. Es ist ratsam, bis in die Schulzeit hinein nachzuputzen, zu kontrollieren und vor allem zu motivieren. Dabei hel-

fen den Eltern Bilderbücher zu dem Thema und CDs mit Zahnputzliedern.

Ab sechs Jahren: Backenzähne versiegeln

Ab sechs Jahren sollte Ihr Kind Zahnpasta für Erwachsene mit höherem Fluoridgehalt verwenden. Denn: Jetzt kommen schon die ersten bleibenden Zähne – die Backenzähne – am Ende der Milchzahnreihe hinzu, auf deren Reinigung besonders geachtet werden muss, da in den Grübchen, auch Fissuren genannt, schnell Karies entstehen kann. Sinnvoll ist eine Fissurenversiegelung, bei welcher die Grübchen mit einer Kunststoffmasse gefüllt werden und die Kariesgefahr dadurch verringert wird. Die Behandlung ist völlig schmerzfrei. Wichtig ist vor allen Dingen, die Kinder bereits zwischen dem ersten und zweiten Lebensjahr an die regelmäßige zahnärztliche Betreuung heranzuführen. Damit dies gelingt, sollten Sie Ihr Kind möglichst früh zu Kontrolluntersuchungen in die Praxis mitnehmen, es spielerisch heranzuführen und zu Hause gemeinsam die Mundhöhle entdecken. Dafür gibt das zahnärztliche Behandlungsteam Tipps und Informationen zur altersgerechten Zahn- und Mundhygiene, zur zahngesunden Ernährung und zum richtigen Gebrauch von Fluoriden.

Ab zwölf Jahren: Zahnseide benutzen

Da mit zwölf Jahren alle bleibenden Zähne durchgebrochen sind, ist nun die Reinigung der Zahnzwischenräume von besonderer Bedeutung, denn die Zahnbürste erreicht diese nicht vollständig. Nachdem der Gebrauch von Zahnseide im Rahmen der Individualprophylaxe in der zahnärztlichen Praxis erläutert worden ist, sind die Kinder nun alt genug, um die Zähne einmal täglich mit Zahnseide zu säubern. Für festsitzende Zahnspangen gibt es spezielle Zahnseiden. Achten Sie außerdem darauf, dass sich Ihr Kind zahngesund ernährt und zweimal im Jahr zur Kontrolluntersuchung beim Zahnarzt geht.



notwendig sei. Diese Ergebnisse ergab eine aktuelle repräsentative Emros-Umfrage im Auftrag der Initiative proDente.

„Dieses Ergebnis überrascht auf den ersten Blick, da laut Ergebnissen der Vierten Deutschen Mundgesundheitsstudie (DMS IV) die Karieserkrankung bei Kindern und Jugendlichen seit Jahren rückläufig ist“, so Dirk Kropp, Geschäftsführer proDente. „Doch die Untersuchung zeigt auch eine soziale Schieflage, denn rund 10 Prozent der Kinder und Jugendlichen bis 12 Jahre vereinen über 60 Prozent der Karieserkrankungen auf sich“, führt Kropp weiter aus.

Zahnpflege von Geburt an

Der ideale Schutz der Kinder vor Karies beginnt im Idealfall schon von Geburt an. Die meisten Kinder werden in den ersten Lebensmonaten gestillt, um die Immunabwehr zu stärken. Babys, die sehr lange gestillt werden, bekommen oftmals schon die ersten Zähne. Hier ist zu beachten,