

## Prophylaxe statt Bohren: ✨



Bereits im Säuglingsalter legen Eltern den Grundstein für eine gute Mundgesundheit ihrer Kinder. Es ist deshalb wichtig, eine gute Zahnprophylaxe in den Fokus zu stellen. Der folgende Beitrag stellt diese Umsetzung in den Fokus.

# KARIES BEI KINDERN UND JUGENDLICHEN MUSS NICHT SEIN

Literatur



Infos zum Unternehmen



Eine gute Zahnprophylaxe verringert die Kariesbelastung der Milchzähne. Dies bedeutet auch ein geringeres Kariesrisiko bei den bleibenden Zähnen.<sup>1,2</sup> Auch wenn die Verbreitung von Karies bei Kindern in Deutschland in den letzten Jahren gesunken ist, gibt es immer noch Verbesserungspotenzial – insbesondere hinsichtlich der Vorbeugung frühkindlicher Karies bei Kindern bis drei Jahren sowie den häuslichen Prophylaxemaßnahmen bei älteren Kindern. Die richtige Zahnbürste, Apps und Mundspülung können erfolgreich eine gute Mundgesundheit unterstützen.

## Status quo der Zahngesundheit bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland

Erkenntnisse aus dem BARMER-Krankenkassen-Zahnreport<sup>3</sup> von 2020 deuten darauf hin, dass Karies im Kindesalter sogar bis dato noch unterschätzt wurde. Dem Report nach haben lediglich 38 Prozent der 10-jährigen Kinder keine zahnärztlichen Behandlungserfahrungen – wie beispielsweise Füllungen in Milchzähnen oder bleibenden Zähnen.<sup>3</sup> Demnach besteht eindeutiger Handlungsbedarf für eine gründlichere Prophylaxe. Diese fängt mit einer gründlichen und altersgerechten Zahnvorsorge durch die Eltern an.

## Die vier Säulen effektiver Kariesprävention bei Kindern

Bei Kindern zahlt sich eine gute Kariesprophylaxe auch im weiteren Leben aus, denn wenn die Milchzähne frei von Karies bleiben, besteht auch ein geringeres Risiko für eine Kariesbelastung bei den bleibenden Zähnen.<sup>1,2</sup> Gesunde Kinderzähne brauchen daher eine effektive Kariesvorbeugung. Diese basiert grundsätzlich auf den folgenden vier Säulen:<sup>1</sup>

- ◆ Der Anwendung der richtigen Menge an Fluorid und Vitamin D,
- ◆ einer gewissenhaften und altersgemäßen Zahnreinigung durch die Eltern ab dem ersten Milchzahn (mind. unterstützend bis zum siebten Lebensjahr),
- ◆ einer gesunden, kindgerechten und zahnschonenden Ernährung
- ◆ sowie dem regelmäßigen Besuch zur zahnärztlichen Vorsorgeuntersuchung.

Für Kinder und Jugendliche ist es wichtig, die Zähne zweimal täglich mit einer fluoridhaltigen Zahnpasta zu putzen und die Zahnzwischenräume gründlich zu reinigen. Vor allem junge Menschen mit einer festen Zahnspange sollten auf eine



sehr gute Mundhygiene achten und können zusätzlich zum Putzen Zahnseide oder Interdentalbürstchen und eine Mundspülung mit antibakterieller Wirkung wie die LISTERINE® CLEAN & FRESH (ohne Alkohol) verwenden.

## Das 1x1 erfolgreicher Mundgesundheits bei Kindern: Zahnbürste, Apps und Mundspülung

Die Kinder von heute wachsen in einer digitalen Welt auf. Es ist also naheliegend, dass digitale Helfer, wie Zahnputz-Apps oder auch Videos auf YouTube oder in sozialen Medien, als Unterstützung und Motivation zur täglichen Zahnpflege herangezogen werden können. Die Auswahl an Apps und Videos ist allerdings sehr groß und sollte vor der Benutzung von den Eltern individuell auf ihre Nützlichkeit geprüft werden. Ab dem sechsten Geburtstag können Mundspülungen eine Bereicherung zur häuslichen Prophylaxe sein. Bei Kindern mit erhöhtem Kariesrisiko oder auch Zahnfleischproblemen, wie sie häufig bei Zahnspangenträgern auftreten, kann dies die

tägliche Mundhygiene ergänzen. Die Mundspülungen enthalten Fluorid und/oder antibakteriell wirkende Stoffe, die die Mundhygiene verbessern können.<sup>4</sup>

## LISTERINE CLEAN & FRESH mit Fluorid für starke Zähne

Für Kinder ab dem siebten Lebensjahr kann eine milde Mundspülung bei der häuslichen Prophylaxe unterstützend sein. Die LISTERINE CLEAN & FRESH Mundspülung erreicht beispielsweise auch die Stellen, welche mit der Zahnbürste nicht erreicht werden können – auch zwischen der Zahnspange. Die Mundspüllösung entfernt 97 Prozent der nach dem Zähneputzen verbliebenen Bakterien\* und der Zahnbelag wird reduziert, womit Zahnfleischproblemen vorgebeugt werden kann. LISTERINE CLEAN & FRESH ist eine klinisch geprüfte Mundspülung. Besonders der milde Minzgeschmack und die Rezeptur mit Fluorid – selbstverständlich ohne Alkohol – machen die Mundspüllösung zur perfekten Ergänzung. Vor allem junge Zahnspangenträger profitieren von der Reinigung. Auch an die Umwelt wurde gedacht: Die Flaschen sind zu 100 Prozent recycelbar und bestehen zu 50 Prozent aus recyceltem Kunststoff.\*

\* Erhobene Daten von Nicht-Zahnspangenträgern.

\*\* Sicherheitssiegel ausgenommen. Umwelt-Tipp: Mit geschlossenem Deckel auf der Flasche entsorgen.

Bilder: © LISTERINE

## KONTAKT

**Listerine | Johnson & Johnson GmbH**  
Tel.: 00800 26026000  
[www.listerineprofessional.de](http://www.listerineprofessional.de)