

Patient Journey – Teil 2: „Vom ersten Zahn an – Flasche, Schnuller & Karies“

Was Eltern wissen sollten

Im zweiten Teil unserer mehrteiligen Serie zur „Patient Journey – Kinder- und Erwachsenenzahnheilkunde“ widmen wir uns dem zentralen Thema der frühkindlichen Prophylaxe. Der Beitrag beleuchtet praxisnah, welche Weichen bereits im Säuglingsalter für eine gesunde orale Entwicklung gestellt werden sollten, und welche Alltagsgewohnheiten das Kariesrisiko unnötig erhöhen. Sie erhalten wertvolle Argumentationshilfen für die Elternberatung sowie Empfehlungen zur frühzeitigen Prävention. Denn Ziel sollte es sein, gemeinsam mit den Eltern den Grundstein für eine lebenslange Mundgesundheit zu legen – und damit einen Beitrag zur allgemeinen Kindergesundheit zu leisten.

Redaktion

Karies im Milchgebiss ist kein Randproblem

Mehr als jedes zweite Kind in Europa ist betroffen. Laut einem Bericht der Weltgesundheitsorganisation (WHO) verursachen orale Erkrankungen jährlich Behandlungskosten von rund 93 Milliarden Euro in der EU – und rangieren damit auf Platz drei der krankheitsbedingten Ausgaben, direkt hinter Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes. Doch die ökonomische Belastung ist nur eine Seite: Zahnschmerzen bleiben bei Kindern oft unbemerkt, stören Schlaf, Konzentration und Lernfähigkeit und können sich sogar negativ auf die Gehirnentwicklung auswirken. Studien zeigen: Nach einer erfolgreichen Behandlung bessern sich Verhalten und schulische Leistungen häufig deutlich.

Biofilm aus dem Gleichgewicht

Übermäßiger Zucker, unzureichende Reinigung und zu wenig Fluorid verschieben das orale Mikrobiom in eine Dysbiose. Statt einer einzelnen „Erregererkrankung“ gilt Karies heute als nicht übertragbare, multifaktorielle Störung des Biofilms. Auffällig ist die Überschneidung zentraler Risikofaktoren mit anderen chronischen Volkskrankheiten wie Adipositas und Typ-2-Diabetes. Dies unterstreicht den Bedarf an interprofessionellen Präventionsstrategien, die über die rein zahnmedizinische Versorgung hinausgehen und auf eine ganzheitliche Gesundheitsförderung zielen.

Frühkindliche Karies (ECC) im Fokus: Prävention beginnt vor der Geburt

Early Childhood Caries (ECC) – die frühkindliche Karies – stellt weltweit eine der häufigsten chronischen Erkrankungen im Kindesalter dar. Dabei beginnt eine wirksame Prävention nicht erst mit dem Durchbruch der ersten Milchzähne, sondern idealerweise schon vor der Geburt.

„Ich empfehle, so früh wie möglich mit der Prävention zu beginnen“, sagt Silvia Sabatini, Dentalhygienikerin aus Italien. Ihrer Erfahrung nach eignen sich für präventive Maßnahmen besonders die ersten Lebensmonate – oder noch besser: die Schwangerschaft.

Sabatini betont, dass Zahnärzt/-innen und Prophylaxefachkräfte werdenden und frischgebackenen Eltern bereits in diesen frühen Phasen wichtige Hinweise zur oralen Gesundheit des Kindes mitgeben sollten. Zu den empfohlenen Maßnahmen zählen:

* Die Beiträge in dieser Rubrik stammen von den Anbietern und spiegeln nicht die Meinung der Redaktion wider.

- Die Auswahl einer geeigneten Babyflasche mit einem weichen Mundstück, das sich optimal an die Mundseiten des Babys anpasst.
- Das Reinigen der Mundhöhle nach dem Stillen oder Füttern, selbst wenn noch keine Zähne sichtbar sind.
- Mit dem Durchbruch der ersten Milchzähne (in der Regel ab dem sechsten Lebensmonat) sollte die Zahnpflege beginnen – idealerweise mit einer kleinen, weichen Zahnbürste und einer reiskorngroßen Menge fluoridhaltiger Zahnpasta.

„Es wäre am besten, die Mutter bereits während der Schwangerschaft zu informieren, damit sie nach der Geburt des Babys bereit ist", so Sabatini.
„Eltern müssen sich um viele andere Dinge kümmern, daher müssen die Informationen wirklich einfach und alltagstauglich sein."

Wussten Sie, dass ...
Häufige Mundreinigung kann helfen, das Risiko für orale Candidose zu senken – eine Infektion, die bei Säuglingen zu brennendem Unbehagen im Mund führen und die Nahrungsaufnahme erschweren kann.

Weitere Risikofaktoren im Blick: Was Eltern wissen sollten!
Dr. Luis Karakowsky, Kinderzahnarzt aus Mexiko, nennt vier zentrale Ernährungsfaktoren, die mit einem erhöhten ECC-Risiko einhergehen. In der Beratung von Eltern und Pflegepersonal sollten diese gezielt angesprochen werden:

1. Frühe Zuckerzufuhr: Der frühe Kontakt mit Zucker beeinflusst nachhaltig das Geschmacksempfinden und die spätere Lebensmittelwahl von Kindern.
2. Hohe Frequenz der Nahrungsaufnahme: Häufiges Snacken ohne ausreichende Pausen erhöht das Kariesrisiko deutlich.
3. Unsachgemäße Flaschennutzung: Dies betrifft vor allem den Flascheninhalt – Getränke mit natürlichem oder zugesetztem Zucker sind zu vermeiden.
4. Längeres und häufiges Stillen: Auch Muttermilch kann bei häufiger Gabe und mangelnder Mundhygiene zur Kariesentstehung beitragen.

Vier Säulen der Prävention – für ein gesundes Gleichgewicht

1. Unterbrechung des Biofilms: Ab dem ersten Zahn sollten Eltern zweimal täglich mit einer altersgerechten Zahnbürste und fluoridhaltiger Kinderzahnpasta putzen.
2. Zuckerreduktion: Der Verzehr von freiem Zucker sollte laut WHO unter 5 Prozent der täglichen Energiezufuhr liegen.
3. Fluorid ist nachweislich der effektivste Einzelwirkstoff zur Kariesprävention. Kinderzahnpasta sollte 1.000 ppm Fluorid enthalten (ab dem ersten Zahn, reiskorngroße Menge). Ergänzend können je nach Kariesrisiko Fluoridgel, -tabletten oder professionelle Fluoridlacke eingesetzt werden.
4. Aufklärung: Nur informierte Eltern können bewusste Entscheidungen treffen. Zahnärzte, Pädiater, Erzieher und auch politische Akteure sind gefragt.

Sanft, spielerisch und wirksam

Die GUM® Kinderlinie vereint evidenzbasierte Zahnpflege, kindgerechtes Design und altersgerechte Sicherheit – und bietet damit die optimale Grundlage für eine frühzeitige und effektive Mundhygiene. Bereits ab dem ersten Milchzahn unterstützen die Produkte Zahnärzt/-innen und Prophylaxefachkräfte dabei, Eltern individuell zu beraten und zur täglichen Zahnpflege zu motivieren.
Das Sortiment umfasst zahnschonende Zahnbürsten und fluoridhaltige Zahnpasten, die mit dem Alter „mitwachsen" und sich ideal an die jeweiligen Entwicklungsstufen anpassen. So lassen sich präventive Maßnahmen in der Kinderzahnmedizin effektiv in die Praxisroutine integrieren – von der Prophylaxeempfehlung bis hin zur gezielten Elternaufklärung.

Flasche & Schnuller richtig einsetzen

Nur Wasser oder ungesüßter Tee in die Nuckelflasche; niemals Saft, Milch oder gesüßte Getränke – besonders nicht über Nacht.
Ab dem ersten Zahn Trinklernbecher einführen, Flasche bis spätestens zum ersten Geburtstag abgewöhnen.
Schnuller nicht in Honig/Zucker tauchen; regelmäßig ersetzen und spätestens mit drei Jahren abgewöhnen, um Fehlstellungen zu vermeiden.

Fazit

Karies ist vermeidbar. Eine konsequente Kombination aus zuckerarmer Ernährung, richtiger Flaschen- und Schnullernutzung, fluoridhaltiger Zahnpflege sowie kontinuierlicher Aufklärung schützt Kinderzähne und entlastet zugleich Familien- und Gesundheitsbudgets.

1 https://professional.sunstargum.com/de-de/infos-events/sunstar-conversations-pro/kariespraevention-bei-kindern.html

kontakt.
SUNSTAR Deutschland GmbH
Aiterfeld 1 · 79677 Schönau
service@de.sunstar.com
professional.sunstargum.com/de-de

Infos zum Unternehmen

* Die Beiträge in dieser Rubrik stammen von den Anbietern und spiegeln nicht die Meinung der Redaktion wider.

© Stanislaw Mikulski – stock.adobe.com