

# The new Generation – kariesfrei durch die Jugend begleiten

## Die Zukunftsvision von innovativen Zahnarztpraxen

In der Tat ist Kinderprophylaxe eine Maßnahme, Kinder kariesfrei durch die Jugend zu begleiten. In den letzten Jahren hat sich gezeigt, dass sich durch angewandte Prophylaxemaßnahmen in Zahnarztpraxen sowie in Kindergärten und Schulen ein erheblicher Kariesrückgang eingestellt hat.



Tania Eberle/Rosenheim

■ Zahnarztpraxen ohne Kinderprophylaxe verfehlen den Puls der Zeit. Heute sollte es der Anspruch einer jeden Zahnarztpraxis sein, eine kindgerechte Prophylaxe anzubieten, denn die Kinder von heute sind die Patienten von morgen.

Die altersgerechte Beratung, die richtige Motivation sowie eine gute Behandlung und regelmäßige Nachsorge sind der Garant für zufriedene Patienten, die dadurch das Vertrauen in die Praxis gewinnen und sich über Jahre auch an diese binden.

Eine gute Prophylaxe orientiert sich an den Bausteinen der Prävention. Die wichtigsten Säulen:

- gesunde Ernährung
- regelmäßige und effiziente Mundhygiene
- individuelle Intervalle der Prophylaxemaßnahmen
- Härtung des Zahnschmelzes durch Fluoride

### Gesunde Ernährung als Grundlage

Es beginnt alles in der Mundhöhle, das Tor zum Körper und somit das Tor zur Gesundheit. Ernährung und Trinkgewohnheiten haben großen Einfluss auf die Gesundheit der Zähne und das Zahnfleisch. Je gesünder sich schon die Jüngsten ernähren, desto geringer ist das Kariesrisiko: „Ohne Zucker keine Karies, ohne Plaque weder Karies noch Gingivitis und Parodontitis.“

Die Ernährung kann man durch einfache Mittel positiv beeinflussen. Es ist wichtig, dass man bei der Aufklärung über die Kariesentstehung immer wieder auf die Grundpfeiler der Ernährung eingeht.

#### Wertvolle Tipps:

- möglichst wenig Süßigkeiten
- nicht den ganzen Tag über naschen
- keine Säfte oder süße Getränke außerhalb der Hauptmahlzeiten
- eine gemischte und ausgewogene Kost

Nicht nur die Ernährung hat großen Einfluss auf die Gesunderhaltung der Zähne, sondern auch die Mundhygiene ist für die natürliche Langlebigkeit des Kauwerkzeuges ein wichtiger Bestandteil. Dieses Bewusstsein sollte schon bei den Aller kleinsten geweckt werden. Das ist der Grundstein für eine gute und effektive Mundhygiene.

### Eltern mit einbeziehen

Die Patienten sind zwar die Kinder, aber die eigentlichen Ansprechpartner sind die Eltern. Mütter und Väter sind in die Aufklärungsarbeiten mit einzubinden, denn sie tragen die Verantwortung und führen die Mundhygiene sowie Motivation zu Hause weiter. Immer wieder ist zu beobachten, dass die Eltern verunsichert sind mit dem großen Angebot von Putzutensilien, die sich in Drogeriemärkten finden, und das „richtige“ Zähneputzen leider keine Selbstverständlichkeit ist. Deshalb ist die fachmännische Beratung, Anleitung und Aufklärung über das passende Werkzeug für Zuhause von größerer Bedeutung als man annehmen möchte.

Das Zusammenspiel zwischen den kleinen Patienten, der Prophylaxehelferin und dem Elternhaus ist immer individuell und altersspezifisch zu handhaben. Die Aufgabenstellung an die Prophylaxehelferin erfordert Flexibilität und Geduld, denn jedes Kind und auch jeder Elternteil ist unterschiedlich. Wer mit Kindern zu tun hat, weiß, wie individuell die kleinen Patienten sind.

Das erfordert jedes Kind und seine Situation als Gesamtheit zu sehen. Je nach Alter und Familienverhältnissen ergeben sich unterschiedliche Gesichtspunkte, welche die Prophylaxehelferin erkennen muss. Es ist wichtig, auf kindgerechter Ebene zu arbeiten und somit den Zugang zu den Kindern zu finden.

Erfolgreich ist eine Prophylaxehelferin, wenn sie mit ihrer Aufklärungsarbeit und Tätigkeit ein bewusstes Mundgefühl erwirken kann. Gesunde Zähne sind keine Glücksache, sondern man kann einen großen Teil dazu beitragen. Die kleinen Patienten und Eltern lernen, wie der richtige Umgang mit den Zähnen diese gesund erhält.

Richtiges Zähneputzen ist nicht angeboren und niemand erlernt die richtige Mundhygiene von heute auf morgen. Zähneputzen macht keinen Spaß, deshalb ist es wichtig, die Kids zu motivieren, zu instruieren und die Behandlungen mit Spaß zu gestalten.

### Denn Übung macht den Meister

Kindern mit schlechter Mundhygiene und somit erhöhtem Kariesrisiko werden in die Zahnputzschule geschickt. Hier wird unter einer motivierenden Anleitung

Die ganze Welt  
der Prophylaxe

über ca. drei bis vier Sitzungen, in unterschiedlichen Intervallen und je nach Bedarf, nochmals gezeigt, wie man die Zahnbürste richtig über die Zahnreihen führt und die Bakterienknäuel aus der Mundhöhle kehrt.

Es gibt verschiedene Möglichkeiten und mittlerweile eine große Auswahl von Produkten auf dem Markt: Kindgerechte Zahnbürsten, Zahnseidensticks, Sanduhr – alles bunt und fröhlich. Kleine „Putzmuffel“ lassen sich durch lustige Geschichten für die Bürstaktion begeistern. Spannend ist die Erzählung von der Polizeizahnbürste, die die bösen Kariesknäuel über alle Zähnen jagt und sie schließlich alle verhaftet, auch die, die sich ganz besonders toll versteckt hatten.



Für die Kinder spielt die Phantasie eine sehr große Rolle. Durch Bilderbücher wird die Phantasie angeregt, wie z.B. das kleine Pixis Büchlein von Mausini. Damit nimmt man Kinder in die Mundhöhle und die Welt der Zähne visuell mit und schafft spielend leicht ein Bewusstsein für die eigenen Zähne. Kleinkinder haben Freude am Lernen und an der spielerischen Umsetzung. Ab dem zweiten Lebensjahr sollten die Milchzähne zweimal am Tag mit einer Kinderzahnbürste und einer Kinderzahnpaste geputzt werden. Dabei ist die Putztechnik erstmal noch nicht so wichtig. Es geht vielmehr darum, die Kinder spielerisch an das Zähneputzen zu gewöhnen, denn Zahnpflege ist ein wichtiger Teil der täglichen Körperpflege, die frühzeitig in den Alltag integriert werden soll. Wenn die ganz Kleinen mal keine Lust haben, empfiehlt es sich, das Kind im Arm in eine Liegeposition zu bringen, so kann es sich entspannen und den Eltern bietet sich eine gute Sicht auf die Zähnen.

### Schritt für Schritt zum selbstständigen Putzen

Kindergartenkinder sind besonders stolz, wenn sie schon selbstständig ihre Zähnen putzen können. Jedoch ist die Feinmotorik der Kleinsten noch nicht vollständig ausgebildet und die Eltern sollten unbedingt nachputzen. Da Milchzähne einen weichen und noch nicht ausgereiften Zahnschmelz haben, sind diese äußerst kariesanfällig.

Erst Schulkinder sind zu effektiver Zahnpflege fähig. Allgemein gilt, dass Kinder erst dann die Zähne richtig reinigen können, wenn sie fließend schreiben können, das heißt ab dem zweiten bis dritten Schuljahr. Deshalb müssen Eltern die Zähne „nachpflegen“, indem sie abends alle Zähne ihres Kindes von allen Seiten säubern.

Um das sechste Lebensjahr beginnt der Zahnwechsel. Zu diesem Zeitpunkt nehmen die Kinder ihre Zähne immer besonders wahr und entdecken sie gewissermaßen neu: die alten fallen aus, neue wachsen nach, der erste Kon-



**NEU:**  
**Dent-o-Care**  
**Online-Shop!**

**[www.dentocare.de](http://www.dentocare.de)**

- **24 Stunden bequem bestellen**
- **Einfach und übersichtlich**
- **Über 2.000 Prophylaxe-Artikel**
- **Schnelle und zuverlässige Lieferung**

**5% Eröffnungsrabatt**  
auf alle Online-Bestellungen  
bis zum 30.09.2011

**Jetzt testen!**

**[www.dentocare.de](http://www.dentocare.de)**

**Dent-o-care Dentalvertriebs GmbH**  
Rosenheimer Straße 4a  
85635 Höhenkirchen

takt mit der Zahnfee. Vor allem diese neuen Zähne wollen besonders gut geputzt werden. Jetzt fangen die Kids an, selbstverantwortlich mit ihren Zähnen umzugehen.

Jugendliche wollen behandelt werden wie Erwachsene. Jedoch schränken Teenager im Alter zwischen 12 und 18 Jahren ihre Zahnpflege aus Bequemlichkeit oft extrem ein, da sie „natürlich“ mit anderen Dingen beschäftigt sind. In diesem Alter ist es besonders wichtig, die Teens auf die Notwendigkeit der Zahnseide, gerade wegen der Gefahr der approximal caries, auf den wöchentlichen Gebrauch von Fluoridierungsgelee und auf die richtige Putztechnik hinzuweisen. Vor allem Zahnpangenträger benötigen das Bewusstsein für die notwendige intensivere Zahnpflege.

Wieder in der Putzschule, erfolgt die erste Putzkontrolle nach drei bis vier Wochen. Kinder mit besonders schlechter Mundhygiene werden zur Kontrolle einfach schon nach zwei Wochen wieder in die Putzschule bestellt und weiter motiviert, wie man die Zahnbürste richtig über die Zahnreihen führt und welche zusätzlichen Hilfsmittel sinnvoll sind.

### Zusatzleistungen als Investitionen sehen

Die Eltern sind gerne dazu bereit, private Kosten zu übernehmen. Sie erkennen, dass dies eine Investition ist, die ihren Liebsten Schmerzen und eventuelle Folgekosten erspart. Konsequente Zahnhygiene und eine sinnvolle Ernährung reichen jedoch nicht vollständig aus, um die Zahnkaries zu verhindern. Entscheidend ist vielmehr, dass auch ausreichend Fluoride zugeführt werden, um den Zahnschmelz zu stärken.

Die weite Verbreitung von Fluoriden ist der entscheidende Faktor für den weltweit, in sämtlichen Industrieländern beobachteten Kariesrückgang.

Um zu verstehen, wie Fluoride auf unseren Zahnschmelz wirken, muss man wissen, wie dieser aufgebaut ist. Zahnschmelz besteht überwiegend aus Hydroxylapatit, Kalzium und Phosphat. Er ist zudem die härteste Substanz in unserem Körper und ist tagtäglich Belastungen ausgesetzt. Außerdem ist Zahnschmelz für wasserlösliche Stoffe wie Fluoride, Kalzium und Phosphate geringfügig durchlässig.

Unter dem Mikroskop betrachtet, erkennt man, dass die Fluoride zusammen mit den Mineralien des Speichels in die oberste Schicht des Schmelzes eindringen. So führen sie zu einem dichteren kariesresistenteren Kristallgefüge. Mithilfe von Fluoriden wird das Hydroxylapatit in das härtere Fluorapatit umgewandelt.

Während Hydroxylapatit von Säuren angegriffen wird, ist Fluorapatit säurebeständiger. Einfach erklärt: Fluoride bilden eine größere Kristallgitterstruktur über den Zahnschmelz, so haben die Zähne ein Säureschutzmäntelchen. Säuren schaden den Zähnen, weil sie aus dem Zahnschmelz das Kalzium und Phosphat herauslösen und den Zahnschmelz dadurch aufweichen. So entsteht eine Demineralisation und dies führt zur Karies. Es bedarf einem geschulten Auge, gewisse Unterschiede zu erkennen.

Generell gilt: Solange keine Kavität entstanden ist, können wir durch Fluoride gewisse Schmelzschäden sowie Schmelzkaries minimalinvasiv behandeln.

### Fluoride und ihre Wirkungen

- Fluoride hemmen das Herauslösen von Mineralstoffen aus dem Zahnschmelz (Demineralisation)
- Sie fördern den Einbau von Mineralstoffen in den Zahnschmelz (Remineralisation)
- Das Spurenelement erhöht die chemische Widerstandsfähigkeit des Zahnschmelzes
- Es behindert die Besiedelung der Zahnoberflächen durch Karies verursachende Bakterien (Streptococcus mutans)
- Fluoride hemmen den Stoffwechsel der Bakterien und damit deren Säureproduktion (Kariesentstehung)
- Fluoride haben eine Depot-Wirkung

#### Fluoridquellen

Lokale Anwendungen:

Zahnpasten, Mundspülungen, Gelee und Lacke

Systemische Anwendungen:

Fluoridhaltiges Mineralwasser, Speisesalz,

Nahrungsmittel

#### Dosierung

2–6 Jahre 2 x täglich Kinderzahnpaste (500 ppm F) fluoridiertes Speisesalz

6 Jahre und älter 2–3 x täglich Junior oder Erwachsenenzahnpaste (1.000–1.500 ppm F) fluoridiertes Speisesalz

### Fazit

„Fluoride sollte man nicht länger nur als Prophylaxe-, sondern auch als Therapiemittel ansehen“ (Professor Dr. Per Axelsson, Karlstad/Schweden). Heute haben wir einen weitaus tieferen Einblick in die Erhaltung des „Natürlichen“. Die feine Kunst der Prophylaxe ist Wissen, Erfahrung und Freude in den Praxisalltag zu bringen.

Jede Praxis sollte ein individuelles Prophylaxekonzept unter Betrachtung der eigenen Möglichkeiten sowie des Patientenstamms ausarbeiten und durchführen. Um eine neue Generation zu unterstützen, lebenslang Freude mit den eigenen Zähnen zu haben. ■

### KONTAKT

#### Tania Eberle

ZMP & Referentin

Hechtseestraße 20

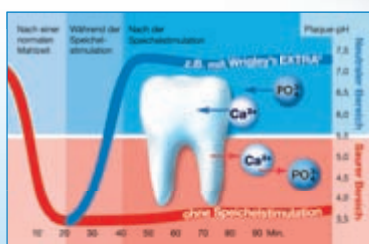
83022 Rosenheim

E-Mail: tania.eberle@gmx.de

Web: [www.diefeinekunst.de](http://www.diefeinekunst.de)

IHRE PATIENTEN-EMPFEHLUNG FÜR ZWISCHENDURCH:

# Prophylaxe nach dem Mittagessen!



**Bestellen Sie jetzt:**  
[www.wrigley-dental.de](http://www.wrigley-dental.de)  
oder Bestellformular per Fax  
anfordern unter: 0 89/66 51 04 57

- Speichelstimulation bis um das Zehnfache
- Rasche Säureneutralisation
- Verstärkte Remineralisation
- Hilft das Kariesrisiko zu reduzieren

