

# Zahnpflege bei Säuglingen, Babys und Kleinkindern

Ein Beitrag von Sabrina Dogan

**FACHBEITRAG** /// „Zahnpflege beginnt ab dem ersten sichtbaren Zahn, oder?“ Dies ist wohl eine der häufigsten Fragen, die ich als Dentalhygienikerin, aber auch als frisch gebackene Mutter gestellt bekomme. Ob im Freundeskreis, beim Kinderarzt, bei meiner Hebamme oder im zahnmedizinischen Bereich: Diese Frage lädt mich immer wieder zu Diskussionen ein. Daher möchte ich diesen Übersichtsartikel nutzen, um etwas Licht ins Dunkel zu bringen und praktische Tipps von Mutter zu Mutter für die frühkindliche Mundraumpflege zu geben.

Um die zu Beginn gestellte Frage gemäß meiner langjährigen Erfahrung als praktisch tätige Dentalhygienikerin zu beantworten: Nein, die Mundraumpflege sollte beginnen, noch bevor der erste Zahn in der Mundhöhle sichtbar ist.

## Die aktive Zahnungsphase

Wenn Babys „aktiv Zahren“, gehen diese Phasen häufig mit körperlicher Unruhe, erhöhter Temperatur (auch Fieber), schlechtem Allgemeinbefinden oder Schmerzen einher. Meiner Meinung nach ist das ein denkbar ungünstiger Zeitpunkt, mit der Zahnpflege zu beginnen. Um negative Assoziationen möglichst zu minimieren, ist es sinnvoll, schon vorher die Mundraumpflege als positives Ritual zu etablieren.

Suchen Sie sich hierfür einen Zeitpunkt aus, zu dem der Säugling und Sie selbst positiv und entspannt gestimmt sind, beispielsweise nach dem Baden oder Wickeln am Abend. Schaffen Sie für sich eine Wohlfühlatmosphäre, zum Beispiel mit gedimmtem Licht auf dem Sofa, ohne zusätzliche Ablenkung oder Geräuschkulissen. Streichen Sie, beispielsweise mit einer Fingerhutzahnbürste, das Gaumendach und den noch zahnlosen Zahnbogen Ihres Babys vorsichtig aus und führen Sie so eine behutsame Massage durch. Etablieren Sie dieses Ritual, indem es möglichst jeden Tag, in Abhängigkeit der Stimmungslage, wiederholt wird. Nach einigen Tagen wird Ihr Säugling diese immer wiederkehrende Abfolge kennen und daher freudig wie neugierig gestimmt sein.

Binden Sie von Zeit zu Zeit neue individuelle Hilfsmittel ein. Möglich sind zum Beispiel ein feuchtes faserfreies Stofftuch, eine weiche Babyzahnbürste, Zahnpflegetrainer, Beissringe, auch gekühlte Beissringe als kleine schmerzlindernde Helfer, Cooling-Sticks, Entwicklungsspielzeug und vieles andere. Lassen Sie Ihr Baby aktiv und spielerisch mitwirken. Aktivieren Sie alle Sinne



## Checkliste für Eltern

### **Wann und wie oft sollten die Zähnchen geputzt werden?**

Mindestens zweimal täglich, am Morgen und am Abend.

### **Welche Hilfsmittel werden eingesetzt?**

Eine altersentsprechende Zahnbürste und geeignete Baby-/Kinderzahnpaste.

### **Wie werden die ersten Zähnchen geputzt?**

- Schrubbertechnik bis mindestens um 3. oder 4. Lebensjahr (aufgrund der Grobmotorik),
- später ggf. Rotationstechnik (in Abhängigkeit der motorischen Fähigkeiten, Feinmotorik),
- Putzsystematik etablieren, z. B. KAI (Kauflächen, Außenflächen, Innenflächen),
- später: Gruppenprophylaxe im Kindergarten, in der Grundschule (Intensivprophylaxe-fähiges Alter).

**Wichtig:** Immer in Verbindung mit einem Nachputzen der Zähne durch die Erwachsenen!

## 2. DEUTSCHER PRÄVENTIONS-KONGRESS DER DGPZM

15. und 16. Mai 2020

Congresszentrum VILA VITA Marburg

und ermöglichen Sie es, die Mundpflegehilfsmittel zu spüren, sowohl mit den Händen als auch intraoral. Alle genannten Maßnahmen sind immer unter Aufsicht eines Erwachsenen umzusetzen, da die Motorik Ihres Babys noch unkontrolliert ist. Alle Hilfsmittel sollten unter Beachtung der vom Hersteller angegebenen Altersstufen und dem dafür vorgesehenen Einsatzgebiet benutzt werden. Achten Sie darauf, dass die Mundpflege-Utensilien aus einem weichen, nachgiebigen, BPA- und schadstofffreien Material sind. Wählen sie Beissringe und Entwicklungsspielzeug in einem nicht zu großen oder zu schweren Format.

### Und wenn die ersten Zähnchen sichtbar sind?

Um die Zahnpflege vom ersten Zähnchen an gekonnt in den Alltag einzubinden, sind klare Rituale, individuelle Mundhygienehilfsmittel, eine professionelle Beratung und festgelegte „Zahn-Pflege-Zeiten“ essenziell. Hilfestellung dabei die Zahnarztpraxis Ihres Vertrauens, die Landes Zahnärztekammern und die Hersteller, die ihr Produktsortiment auf die Bedürfnisse der kleinen Patientinnen und Patienten ausgelegt haben.

### Empfehlungen

#### Zahnpasta: Aktuelle Empfehlungen der zahnmedizinischen Fachgesellschaften<sup>1</sup>

- ab dem Durchbruch des ersten Milchzahnes sollen Kinder bis zum zweiten Geburtstag entweder zweimal täglich mit einer erbsengroßen Menge einer Zahnpasta mit 500 ppm Fluorid (z. B. elmex® Baby-Zahnpasta) oder mit einer reiskorngroßen Menge einer Zahnpasta mit 1.000 ppm Fluorid putzen
- Kinder vom zweiten bis sechsten Geburtstag putzen zweimal täglich mit einer erbsengroßen Menge einer Zahnpasta mit 1.000 ppm Fluorid (z. B. elmex® Kinder-Zahnpasta)

#### Der „Fluorid-Fahrplan“

Der „Fluorid-Fahrplan“ des Deutschen Arbeitskreises für Zahnheilkunde (DAZ) kann als zusätzliches Hilfsmittel eingesetzt und mit individuellen Empfehlungen versehen werden.

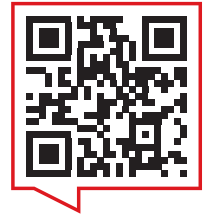
#### Die erste Zahnbürste, zum Beispiel elmex®

Lern-Zahnbürste (von null bis zwei Jahren)

- Kleiner Bürstenkopf und weiche, abgerundete Borsten
- Ergonomisch geformter und für Kinderhände optimierter Griff
- Farbige Borstenfeld, das die Dosierung der empfohlenen Menge Zahnpasta erleichtert



ONLINE-ANMELDUNG/  
KONGRESSPROGRAMM



[www.praeventionskongress.info](http://www.praeventionskongress.info)

### Thema:

Praxisorientierte Präventionskonzepte

### Wissenschaftliche Leitung:

Prof. Dr. Stefan Zimmer/Witten

Fax an **+49 341 48474-290**

Bitte senden Sie mir das Programm zum 2. Deutschen Präventionskongress der DGPZM zu.

\_\_\_\_\_  
Titel, Name, Vorname

\_\_\_\_\_  
E-Mail-Adresse (Für die digitale Zusendung des Programms.)

Stempel

ZMP 3/20



**Welche Motivationstools können wir für die Zahnpflege von Kleinkindern nutzen (in der Zahnarztpraxis und Zu Hause)?**

- Smartphone-Anwendungen, z. B. elmeX® Zahnputzmärchen
- Vergrößerungsspiegel mit Licht
- Färbelösung/Färbetabletten
- Belohnungssysteme (kleine Geschenke, wie z. B. Sticker, Pixi-Bücher usw.)
- Besondere Zahnputzbecher oder Zahnbürstenhalter

**Zahnarztbesuche für Babys und Kleinkinder**

- Die Bundeszahnärztekammer und die KZBV empfehlen einen frühzeitigen ersten Besuch mit dem Baby in der Zahnarztpraxis – spätestens nach dem Durchbruch des ersten Milchzahnes.<sup>2,3</sup>
- Danach sollte eine halbjährliche Kontrolluntersuchung stattfinden.
- Welche Termine erforderlich sind, hängt vom individuellen Erkrankungsrisiko ab. Die Zahnärztin beziehungsweise der Zahnarzt legt dies in Abstimmung mit den kinderärzt-

lichen Untersuchungen (das gelbe Kinder-Untersuchsheft) fest.

**Intensivfluoridierung**

- Duraphat® Dentalsuspension mit 22.600 ppm Natriumfluorid kann ab dem ersten Milchzahn bei hohem bzw. mittlerem Kariesrisiko angewendet werden (Dosierung bei Milchgebiss maximal 0,25 ml Dentalsuspension). Seit 1. Juli 2019 ist diese Anwendung bei Kindern zwischen dem 6. und dem 33. Lebensmonat in die Leistungen der gesetzlichen Krankenkassen integriert.<sup>4</sup>
- Ab dem dritten Lebensjahr eignet sich elmeX® gelée zur Anwendung in der Praxis, das im Rahmen der Individualprophylaxe verordnet werden kann.

Sofern nicht anders angegeben, Fotos: © Sabrina Dogan

**Abb. 1 und 2:** elmeX® gelée und/oder Duraphat. **Abb. 3:** Übersicht elmeX® Baby-/Kinder-Portfolio. **Abb. 4:** elmeX® Baby-Zahnbürste mit erbsengroßer Menge Zahnpaste.

**INFORMATION ///**

**Sabrina Dogan**

Dentalhygienikerin  
 Praxis für Zahnheilkunde Mauer  
 Dr. Wolfgang Hoffmann, Dr. Kai-Lüder Glinz,  
 Dr. Philipp-André Schleich  
 Sinsheimer Straße 1, 69256 Mauer  
 Tel.: 06226 1200  
 www.zahnarztpraxis-mauer.de



Quellen + Inhaltsstoffe




Infos zur Autorin



## Zuverlässig trifft innovativ

- Ermöglicht mit ihrer Ausstattung und einer perfekten Ergonomie effiziente Behandlungsabläufe
- Bietet zeitgemäßen Komfort gepaart mit elegantem Design
- Garantiert eine überragende Zuverlässigkeit durch den hydraulischen Antrieb
- Gewährleistet unkompliziertes und intuitives Handling mittels Touchpanel
- Sichert beste Sicht durch die LED-OP-Leuchte der neuesten Generation
- Gestattet eine hohe Individualisierbarkeit, z.B. durch verschiedene Arzttischvarianten und eine Vielzahl an attraktiven Kunstlederfarben



**ENTDECKEN  
SIE „IHRE“ NEUE  
EURUS!**

Partner von:



**Belmont**  
TAKARA COMPANY EUROPE GMBH

Berner Straße 18 · 60437 Frankfurt am Main  
Tel. +49 (0) 69 50 68 78-0 · Fax +49 (0) 69 50 68 78-20  
E-Mail: [info@takara-belmont.de](mailto:info@takara-belmont.de)  
Internet: [www.belmontdental.de](http://www.belmontdental.de)