

Infos zum zahnärztlichen Kinderpass

Es ist nie zu früh für einen Zahnarztbesuch!

Schon die ganz Kleinen sind in der Zahnarztpraxis willkommen. Eine optimale Mundgesundheit und eine gute Stellung der Zähne und Kiefer sind wichtig für die Gesamtentwicklung Ihres Kindes.

Die Zeiträume auf dem Deckblatt des Kinderpasses erinnern Sie an regelmäßige Kontrolltermine beim Zahnarzt und sind für Ihr Kind **kostenlos!**

Die zahnärztlichen Früherkennungsuntersuchungen beinhalten:

- **Inspektion der Mundhöhle** des Kindes
- **Ernährungs- und Mundhygieneberatung** (insb. zum Nuckelflaschengebrauch)
- Aufklärung über die Ursachen von **Erkrankungen im Mund**
- Informationen zur Anwendung von **Fluoridierungsmitteln** wie Kinderzahnpaste



Zahnpflege während der Schwangerschaft (S.4)

- Eine besonders gründliche und regelmäßige Mundhygiene ist besonders wichtig. Gehen Sie als Tipp zur **Professionellen Zahnreinigung (PZR)** zu Ihrem Zahnarzt.

Karies verhindern von Geburt an (S. 6)

- Auf Nuckelflaschen möglichst verzichten!
- Babys sollten **Wasser oder ungesüßte Kräutertees** trinken
- Die für Karies verantwortlichen Bakterien in der Mundhöhle ernähren sich von Zucker, deshalb gilt:
 - Nicht die Menge des Zuckers ist entscheidend, sondern die Häufigkeit und Verweildauer im Mund.
 - Lieber einmal eine größere Portion Süßigkeiten nach einer Mahlzeit naschen lassen, als das öftere Naschen von kleinen Portionen. Kein kompletter Verzicht auf Süßes, denn Verbote steigern oft den Reiz!
 - Es gibt **zahnfreundliche Süßigkeiten** (erkennbar am Zahnmännchen mit Schirm), die den Zähnen weniger schaden.
 - Bieten Sie Ihrem Kind Obst und Gemüse zum Knabbern für Zwischendurch.



Nuckeln rechtzeitig abgewöhnen (S. 12)

- Spätestens ab einem Alter von drei Jahren, sollte das Lutschen am Daumen, Schnuller, Sauger oder Nuckeltuch eingestellt werden.
- Durch den ständigen Druck, kann es zu einem hervorstehenden Oberkiefer oder einem offenen Biss kommen, bei dem sich die Zähne nicht berühren. Als Folge kann

die Sprachentwicklung beeinträchtigt sein, sowie Probleme beim Abbeißen oder Schlucken entstehen.

Fluorid stärkt den Zahnschmelz (s. 8)

- **Fluorid stärkt den Zahnschmelz!** Fluorid das von außen auf den Zahnschmelz einwirkt, ist effektiver als Fluoridtabletten.
- Empfehlungen zu Fluoridkonzentration in Kinderzahnpasten*



Alter	Fluoridkonzentration	Häufigkeit der Anwendung	Menge
Ab Durchbruch des ersten Zahnes bis zum 2. Geburtstag	500 ppm oder 1000 ppm	2 mal täglich	erbsengroß reiskorngrößer
Vom 2. – 6. Geburtstag	1000 ppm	2 mal täglich	erbsengroß
Vom 6. Geburtstag an	1400 ppm	2 mal täglich	erbsengroß

* Deutsche Gesellschaft für Kinderzahnheilkunde (DGKiZ), Deutsche Gesellschaft für Zahnerhaltung (DGZ), Deutsche Gesellschaft für Präventivzahnmedizin (DGPZM), Bundesverband der Zahnärztinnen und Zahnärzte des Öffentlichen Gesundheitsdienstes (BZÖG) und der Bundeszahnärztekammer (BZÄK)

Gesunde Milchzähne sind wichtig – Gemeinsam besser putzen (s. 10/14)

- Manche Milchzähne behält Ihr Kind bis zum 11. Lebensjahr. Sie dienen als **Platzhalter für die bleibenden Zähne**. Gehen Milchzähne vorzeitig verloren, kommt es oft zu Fehlstellungen der bleibenden Zähne. Kariesbakterien auf Milchzähnen, können auch die bleibenden Zähne schädigen.
- Seien Sie für Ihr Kind ein Vorbild und **putzen** mit Ihm **2x täglich** die Zähne nach dem Frühstück und vor dem Zubettgehen mittels der KAI-Technik (Kauflächen, Außenflächen, Innenflächen).
- Kinder dürfen selber putzen, aber bis ungefähr acht Jahre sollten die Eltern gründlich nachputzen.



Die ersten Neuen kommen (s. 8)

- Ab einem Alter von 5 oder 6 Jahren können die ersten „Wackelzähne“ beobachtet werden. Meist fallen zuerst die Schneidezähne aus.
- Gleichzeitig kommen hinter den Milchbackenzähnen die ersten bleibenden Backenzähne. Diese haben oft tiefe Fissuren, die besonders leicht kariesanfällig sind.
 - Die Versiegelung dieser Stellen mit dünnem Kunststoff bietet zusätzlichen Schutz (**Fissurenversiegelung**).
- **In der gesetzlichen Krankenkasse versicherte Kinder haben zwischen 6-17 Jahren Anspruch auf Leistungen der zahnmedizinischen Individualprophylaxe (IP). Hierzu gehören die Fissurenversiegelung, das Zahnputztraining und die Fluoridierung. Diese Maßnahmen sind kostenlos!**