

Milchzähne sind wie Babys - sie brauchen besondere Pflege -

Liebe Eltern!

Viele Erwachsene meinen, die Pflege der Milchzähne sei nicht so wichtig, da diese durch bleibende Zähne ersetzt werden. Die Phase des Zahnwechsels beginnt bereits im 6. Lebensjahr, indem dem Kind ein neuer Backenzahn (bleibender Zahn) wächst. Erst danach wackelt der erste Schneidezahn und fällt schließlich aus. Ein neuer bleibender Zahn wächst nach. Damit sich die zweiten Zähne gut entwickeln können und nicht schon krank oder schief nachwachsen, sind die Milchzähne so wichtig. Sie halten im Kiefer den Platz für die bleibenden Zähne frei. Ihre Pflege ist deshalb genauso wichtig wie die der bleibenden.

1. Besonders gefährlich für die Zähne sind klebrige Süßspeisen, süße Plätzchen und zähe Bonbons.

Alle Kinder naschen gern, und das sollten wir ihnen von Herzen gönnen. Gummibärchen, süße Getränke und Pudding - zu den Mahlzeiten gegessen - sind nicht so schlimm. Auch unmittelbar vor dem Zähneputzen kann in Maßen genascht werden. Auf keinen Fall jedoch sollten Sie Ihr Kind mit Süßigkeiten (Betthupferln) ins Bett bringen. Vielleicht schaffen Sie es sogar, weitgehend auf zuckerfreie und dennoch süße Naschereien umzusteigen.

2. Regelmäßiges Putzen der Zähne nach jeder Mahlzeit sowie regelmäßige und ausreichende Fluoridzufuhr können oft Zahnerkrankungen verhindern.

Zähneputzen soll man mindestens morgens **nach** dem Frühstück und am Abend **nach** der letzten Mahlzeit. Das Putzen sollte etwa zwei Minuten dauern. Wie Sie Ihrem Kind die Zähne richtig reinigen oder wie es - später - selber richtig Zähne putzt, dafür erhalten Sie von uns hilfreiche Anleitung.

3. Zur richtigen Zahnpflege gehören hygienisch einwandfreie Bürsten und eine fluoridhaltige Zahnpaste.

Wechseln Sie die Zahnbürste Ihres Kindes bereits, wenn Borsten umgebogen sind. Bitte bewahren Sie die Bürste so auf, dass der Bürstenkopf oben aus dem Zahnbecher herauschaut. Auf diese Weise werden Krankheitskeime "ausgetrocknet". Beim Kauf der Zahnpaste sollten Sie darauf achten, dass sie Fluorid enthält. Durch eine regelmäßige und ausreichende Fluoridzufuhr wird die Widerstandsfähigkeit des Zahnschmelzes verstärkt.

Gesund
beginnt im Mund

Die gebräuchlichste Fluoridierung, nämlich das Einbürsten von Fluorid mit Hilfe fluoridhaltiger Zahnpasten, muss durch zusätzliche Maßnahmen ergänzt werden. Diese sollten aber mit dem Arzt abgestimmt werden (z. B. tägliche Abgabe einer Fluorid-Tablette, Fluorid-Gel einmal wöchentlich einbürsten, Fluorid-Lack vom Zahnarzt auftragen lassen). Alle diese Maßnahmen bedeuten einen besseren Schutz gegen Karies.

Damit der Zahnbelag sowie alle Speisereste entfernt werden, kommt es auf ein sehr sorgfältiges Putzen an.

4. Der Zahnarzt ist der Partner seiner Patienten. Dennoch haben Kinder bereits gelernt, sich vor ihm zu fürchten.

Helfen Sie mit, unnötige Angst vor dem Zahnarzt abzubauen. Wenn Sie Ihr Kind zu Zahnarztbesuchen mitnehmen, hat es die Gelegenheit, sich allmählich mit der Atmosphäre des Wartezimmers, mit der Person des Arztes und mit den Geräten im Sprechzimmer vertraut zu machen. Lassen Sie Ihr Kind bei der Behandlung ruhig zusehen!

Damit das Vorhaben zur Zahnpflege bei Ihrem Kind eine langfristige Wirkung hinterlässt, bitte ich Sie um Ihre Unterstützung zu Hause.

Für die Gesundheit Ihres Kindes wünschen wir Ihnen alles Gute!

Ihr Team für Mund + Gesundheit