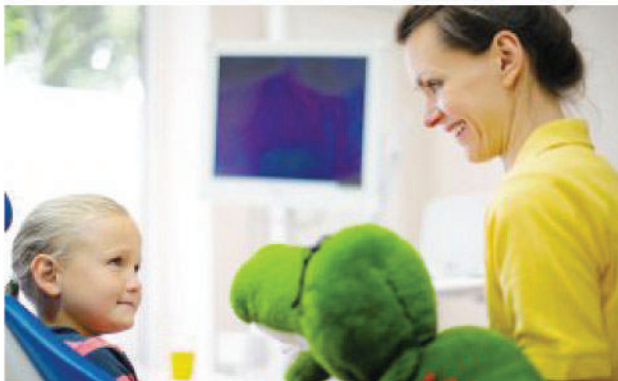


Der Weg zu gesunden Kinderzähnen

Spätestens wenn sich Familienzuwachs ankündigt, sollte sich die werdende Mutter auch mit der eigenen Zahngesundheit beschäftigen.

„Die Zahngesundheit der Mutter, der Familie und die des Kindes stehen im engen Zusammenhang miteinander“, erläutert Anita Lähning, Zahnärztin mit dem Schwerpunkt Kinderzahnheilkunde in der Zahnarztpraxis Dr. Wietzorke in Münster-Hiltrup. Kinder kommen ohne Karieserreger zur Welt. Die Infektion mit den Keimen findet erst mit dem Speichel der Familienangehörigen statt, zum Beispiel beim gemeinsamen Ablecken eines Löffels während der Essenszubereitung. „Daher sollte während der Schwangerschaft ein Zahnarzttermin mit Prophylaxe für die ganze Familie zur Geburtsvorbereitung gehören,“ betont die Kinderzahnärztin. Der erste Zahnarztbesuch des Kindes erfolgt dann ab dem 6. Lebensmonat, denn zu diesem Zeitpunkt schieben sich die ersten Milchzähne durch das Zahnfleisch in die Mundhöhle.

Meistens beginnt es mit den unteren, mittleren Schneidezähnen. „Von diesem Zeitpunkt an sollte mit der täglichen Zahnpflege begonnen werden, denn die Milchzähne benötigen eine genauso sorgfältige Pflege wie die bleibenden Zähne“, erläutert Dr. Thomas Wietzorke. Milchzähne sind nicht nur wichtig beim



Von Anfang an: Kinder sollten bereits von den ersten Lebensmonaten an mit der Zahnpflege und dem Zahnarztbesuch vertraut gemacht werden..

Foto: PD

Zerkauen der Nahrung, sondern sie sind auch bei der phonetischen Sprachbildung und als Platzhalter für die bleibenden Zähne unverzichtbar. Eltern sollten das Zähneputzen am besten als festes Ritual morgens und abends einführen.

So erlernen die Kinder von Anfang an, dass Zahnpflege etwas ganz Alltägliches ist.

Die Zahnpasta für Kinder sollte Fluorid enthalten, da Fluoride sehr wichtig für die Kariesvorbeugung sind. Sie verstärken die Wiedereinlagerung von Mineralien in den Zahnschmelz und machen den Schmelz gegen Säuren unempfindlicher. Der Fluoridgehalt der Zahnpasta sollte bis zum sechsten Lebensjahr nicht wie bei Erwachsenen 1000ppm

(parts per million) sondern nur die Hälfte, also 500ppm, enthalten, um keine Fluoridschäden zu erzeugen. Besonders wichtig für die richtige Pflege der Milchzähne ist die richtige Putztechnik. Es gibt verschiedene Verfahren, von denen die KAI Methode besonders gut für Kinder geeignet ist. Ab dem dritten Lebensjahr sollten Kinder langsam selber unter Anleitung der Eltern das Zähneputzen erlernen. Die Bürste soll in keinem Falle schrubben, sondern in kleinen Kreisbewegungen reinigen. Bei der KAI-Methode werden zunächst die Kauflächen, dann die Außenflächen, dann die Innenflächen der Zähne geputzt.

www.dr-wietzorke.de
www.dental-kids.de