

Ratgeber Zahngesundheit



Zahngesundheit aktuell Gesunde Kinderzähne – früh übt sich

Auch wenn man bei Babys nicht alle Zähnchen sehen kann, weil sie sich unter dem Zahnfleisch befinden, sind bereits bei der Geburt alle Milchzähne angelegt. Im Normalfall wächst innerhalb des ersten halben Lebensjahres der erste Milchzahn. Die anderen folgen, so dass noch vor dem 3. Geburtstag das Milchgebiss mit 20 Zähnen komplett ist. Um das 6. Lebensjahr fallen die Milchzähne nach und nach aus und werden durch die bleibenden Zähne ersetzt. Lücken zwischen Milchzähnen sind normal, sie machen Platz für die zweiten Zähne.

Dabei spielen die Milchzähne eine enorm wichtige Rolle in der Kinderentwicklung. Neben deren Hauptaufgabe, nämlich Nahrungszerkleinerung, sind die Zähne auch für die Lautbildung wichtig. Gerade in der Phase, in der Kinder das Sprechen erlernen, können fehlende Zähne die Sprachentwicklung der Kinder enorm beeinträchtigen. Außerdem sind Milchzähne wichtige Platzhalter für bleibende Zähne. Fehlen die Milchzähne, so kommt es später zu einer Fehlstellung der bleibenden Zähne und Wachstumsstörungen des Kieferknochens.

Sollte man ab dem ersten Zahn putzen?

Ja. Die ersten Zähnchen werden vorsichtig mit weichen Kinderzahnbürsten geputzt, am besten 2mal täglich. Die Kinder sollten sich früh an den Umgang mit der Zahnbürste gewöhnen. Ab dem 1,5 - 2. Lebensjahr können Sie Ihr Kind die Zähnchen vorputzen lassen. Dabei können Sie auch einen erbsengroßen Klecks Kinderzahnpaste auf die Bürste drücken. Denken Sie jedoch daran, die Zähne nachzureinigen, da effektives Zähneputzen bei Kindern in der Regel erst ab dem 6. Lebensjahr klappt.



Brauchen Kinder eine spezielle Zahnbürste?

Ja, denn bei Kindern sind sowohl die Mundhöhle, wie auch die Zähne wesentlich kleiner. Ab etwa acht Jahren können Kinder normale Zahnbürsten benutzen. Zähne und Mundraum sind dann ausreichend groß und die Kinder geschickt genug, um ihre Zähne selbst zu pflegen.

Generell gilt auch hier, dass elektrische Zahnbürsten deutlich besser sauber machen. Gerade bei Kindern, die die Zahnbürste noch nicht richtig halten können, wird mit der elektrischen Zahnbürste ein wesentlich besseres Ergebnis erreicht.



Welche Zahnpasta ist die richtige?

Generell wird empfohlen von Anfang an eine Kinderzahncreme mit Fluorid zu verwenden. Ein erbsengroßer Klecks fluoridhaltiger Zahnpasta reicht dabei in der Regel aus. Neuere Studien haben gezeigt, dass Fluorid die Zähne am besten schützt, wenn es direkt auf den Zahn aufgetragen wird. Aus diesem Grund empfehlen wir auch auf Fluoridtabletten zu verzichten.

Wann soll das Kind zum Zahnarzt?

Wenn das Kind 9 Monate bis 1 Jahr alt ist sollte das Kind das erste Mal zu einer zahnärztlichen Kontrolluntersuchung gehen. Danach sollten die Kontrollen halbjährlich gehalten werden, bis die Milchzähne alle rausgewachsen sind. Wenn ein Kind eine Zahnspange bekommt, empfehlen wir Kontrollen alle 3 - 4 Monate, weil in dieser Zeit das Kariesrisiko mit am höchsten ist.

Wie bereitet man die Kleinen auf die Zahnarztbesuche vor?

Achten Sie darauf, Ihr Kind vor dem Zahnarzttermin nicht nervös zu machen. Vermeiden Sie Sätze wie „Es tut nicht weh“ oder „Du brauchst keine Angst zu haben“. Diese Phrasen haben meist den umgekehrten Effekt und rufen bei Kindern erst recht Ängste hervor. Achten Sie darauf den Zahnarztbesuch nicht zu einem Großereignis zu machen, sondern integrieren Sie den Termin in den normalen Tagesablauf, so wie einen Besuch im Supermarkt. Dadurch betrachtet das Kind den Termin als eine völlig normale Situation.

Sollen Milchzähne behandelt werden?

Viele Eltern sind der Meinung, dass Milchzähne eh rausfallen und deswegen nicht behandelt werden müssen. Das ist nicht ganz richtig. Gerade entzündete Milchzähne können zum einen Infektionen des Kieferknochens auslösen, zum anderen auch die darunterliegenden bleibenden Zähne schädigen. Bei rechtzeitiger Behandlung lassen sich dank der modernen Zahnheilkunde vorzeitige Extraktionen und Zahnschmerzen sehr gut vorbeugen.

Und denken sie immer daran, dass der Grundstein der Zahngesundheit bereits in frühen Jahren gelegt wird. Und Ihr Kind wird Ihnen später sehr dankbar sein, wenn es ein gesundes und schönes Lächeln hat.

Mehr Zahngesundheit – Ihre Zahnärzte am Tannenplatz.



Dr. med. dent. Dieter Becker und Kollegen
Pfullendorfer Straße 3
89079 Ulm/Wiblingen
Telefon 0731/45055
Telefax 0731/481975
praxis@zahnzentrum-wiblingen.de
www.zahnzentrum-wiblingen.de