

Mundgesundheit von Anfang an am 10. Februar 2018 in Hannover

Impulsreferat aus Sicht eines Kinderarztes

Dr. Lutz Stegemann

Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte e. V., Landesverband Niedersachsen

Trotz vielfältiger Bemühungen, nur ca. 50% der 6-7jährigen Kinder verfügen über ein gesundes Milchgebiss!

10-20% der 2 Jahre alten Kinder weisen kariöse Zahnveränderungen auf (erschwerter Behandlung, Compliance, sozioökonomischer Status).

Schlechte Mundhygiene der Eltern begünstigt schlechtes Mundmilieu des Kindes.

Sorglose Ernährung, gezuckerte Speisen, Getränke, besonders auch als „kleine Zwischenmahlzeiten“ begünstigen die Ablagerung zuckerhaltiger bakteriell besiedelter Zahnbeläge (Plaque). Werden diese nicht sorgfältig durch Mund- und Zahnpflege entfernt, verstoffwechseln die Bakterien den Zucker. Es entsteht dabei Säure, die den dünnen porösen Schmelz der Milchzähne angreift, zersetzt.

Das heißt schon bei Säuglingen bewusste Ernährung (auf wenig Zucker achten), von Anfang an. Mutterbrust und/oder Flasche dienen dem Nahrungsangebot, nur begrenzt dem Nuckelbedürfnis! Vitamin D + Fluor Tabletten werden täglich gegeben. Nach Resorption wird Fluor über den Speichel als härtestes Apatit in Schmelz und Dentin eingelagert.

Mit dem Beginn des Zahndurchbruchs (4-6 Monate alt) beginnt die Zahnpflege mit langsamer Gewöhnung an die Kinderzahnbürste, ohne Zahnpasta! Für Anwendung letzterer muss mit den Eltern zunächst das Ausspucken (2.-3.Lj.) geübt werden! Eltern und Geschwister sollen bei Zahnpflege und Ernährung Vorbilder sein.

Sorgfältige Zahnpflege durch die Eltern mindestens 2X pro Tag (und/oder im Kindergarten) bis zum Ende der Grundschulzeit (Kau-Außen-Innenflächen in Längsrichtung bürsten, K A I).

Die neuen Backenzähne mit 6 Jahren werden quer geputzt.

Zahnfreundliche Nahrungs-Genussmittel und Getränke weisen das ZAHNMÄNNCHEN MIT SCHIRM auf der Verpackung auf. Zuckerersatzstoffe sind z.B. Xylit, Mannit (von Mundbakterien nur wenig verstoffwechselt, keine Säurebildung).

Ab Schuleintrittsalter fluoridierte Junior Zahnpasta verwenden (2X pro Tag, morgens und abends, unter Aufsicht).

Ein halbjährlicher Zahnarztbesuch mit den „Vorbildern“ soll Vertrauenssache sein, keine angedrohte Strafe.

Mundgesundheit von Anfang an am 10. Februar 2018 in Hannover

Belohnung dort, wie auch sonst, weitestgehend ohne gezuckerten „Süßkram“!!!

Wir verweisen Eltern und Betreuerinnen auch auf das zahnärztliche Kinderuntersuchungsheft.

Literaturangaben:

- Frau Prof. Willershausen, Dr. Kasaj, Zahnklinik Univ. Mainz
- Prof. Koletzko, Kinderklinik Univ. München
- Prof. Kneist, Zahnheilkunde Univ. Jena
- Prof. Hauner, TU München