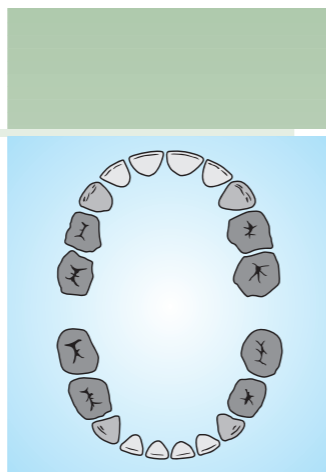


## Die Pflege der MILCHZÄHNE

### Milchzähne – Grundlage für eine gesunde (Gebiss-)Entwicklung

Obwohl der Mensch Milchzähne nicht für immer behält, erfüllen sie grundlegende Funktionen. Sind sie krank oder zerstört, gehen sie früh verloren und können dann nicht ihre Platzhalterfunktion für die bleibenden Zähne wahrnehmen – Nachbarzähne „kippen“ in Richtung der Lücke. Dies kann kostspielig werden: Denn bei den späteren bleibenden Zähnen kommt es leichter zu Fehlstellungen. Gesunde Milchzähne sind aber auch wichtig für die Sprachentwicklung, die Ernährung und das Aussehen des Kindes und damit eine Voraussetzung für die gesunde körperliche und psychische Entwicklung. Damit unsere Zähne gesund bleiben, ist die richtige Pflege von Anfang an die beste Voraussetzung.



### Karies – die große Gefahr

Milchzähne sind besonders durch Karies gefährdet. Das hat mehrere Gründe:

- Kinder essen gern und oft Süßigkeiten.
- Kinder können ihre Zähne noch nicht so gut putzen.
- Der Zahnschmelz ist weniger mineralisiert und deshalb empfindlicher.

### Dass ein Kind Karies bekommt, lässt sich vermeiden!

Es sollte früh und regelmäßig an das Zähneputzen gewöhnt werden. Das beste Vorbild ist das gute Beispiel der Eltern. Wenn Sie Ihre Zähne im Beisein Ihres Kindes putzen, wird das schnell zu einem gewohnten Anblick, der zum Tagesablauf dazugehört. Außerdem sollte der regelmäßige Besuch beim Zahnarzt selbstverständlich werden. Das hat auch den Effekt, dass Ihr Kind keine Angst vor dem Zahnarzt entwickelt.

### Wann sollte die Zahnpflege beginnen?

Ganz einfach: Vom ersten Milchzahn an. Benutzen Sie eine Kinder-Zahnbürste und eine Kinder-Zahnpasta. Kinder sind neugierig, ihr Mund spielt auch mit einer Zahnbürste und ist schnell daran gewöhnt.

Die speziellen Zahnbürsten haben ein auf das Alter abgestimmtes kleines und weiches Borstenfeld. Nur so lässt sich Zahnbelag (Plaque) gründlich entfernen. Denn Zähne putzen heißt nicht nur, Speisereste zu entfernen, sondern auch den Zahnbelag, bevor er für den Zahnschmelz und das Zahnfleisch gefährlich wird.



Dauerlutschen schadet den Zähnen

### Und wie geht es weiter?

Benutzen Sie eine Kinder-Zahnpasta, in den ersten zwei Lebensjahren einmal täglich, später dann zweimal täglich. Sie erhöht die Reinigungswirkung und gewährleistet einen ausreichenden Fluoridschutz. Eine linsengroße Menge reicht aus. Sie sollte in die Borsten gedrückt werden, damit sie nicht sofort weggeschluckt wird. Es macht aber nichts, wenn die Zahnpasta vom Kind anfangs dennoch verschluckt wird.



Die erste Kinder-Zahnbürste muss von Ihnen als Eltern geführt werden. Lassen Sie Ihr Kind die Zahnbürste gern auch selbst benutzen, aber putzen Sie in dem Fall konsequent nach! Tägliche Kontrollen sind noch bis zum Ende der Grundschule erforderlich, denn erst dann besitzen Kinder neben der ausreichenden Putztechnik auch die Fähigkeit, den Erfolg ihrer Pflegebemühung zu kontrollieren.

### Putzen nach der KAI-Methode

Mit der Abkürzung KAI kann man sich die richtige Reihenfolge gut merken. Das K steht für die Kauflächen. Sie werden zuerst geputzt. Danach sind die Außenflächen in kreisförmigen Bewegungen dran. Zuletzt folgen die Innenflächen, an denen die Zahnbürste von Rot nach Weiß, vom Zahnfleisch zum Zahn, geführt wird.

## Vorsorge ist sinnvoll und wichtig

Fluorid stärkt und schützt den Zahnschmelz. Deshalb sollten Sie vom ersten Milchzahn an für eine entsprechende Prophylaxe sorgen. Dazu eignet sich Kinder-Zahnpasta.

Stellt der Zahnarzt bei Ihrem Kind ein erhöhtes Kariesrisiko fest, so sprechen Sie mit Ihrem Zahnarzt über eine individuell abgestimmte Fluoridierung mit Tabletten oder regelmäßigem Auftragen eines Fluoridlackes in der Zahnarztpraxis. In Anlehnung an die bekannten Vorsorgeuntersuchungen beim Kinderarzt empfiehlt es sich generell, schon das Milchgebiss möglichst früh regelmäßig vom Zahnarzt kontrollieren zu lassen.



## Bedenken Sie bitte:

Die Versicherten gesetzlicher Krankenkassen erhalten im Rahmen der Individualprophylaxe lediglich eine Grundversorgung, die medizinisch notwendig, ausreichend und zweckmäßig sein muss. Die moderne Zahnheilkunde hält jedoch weit mehr an Leistungen verschiedener Qualitätsstufen bereit.

Für die Gesundheit der Milchzähne Ihres Kindes entwickelt Ihr Zahnarzt ein individuell abgestimmtes Betreuungskonzept. Sie können dadurch selbst zur Erhaltung der Zahngesundheit Ihres Kindes beitragen und die Voraussetzungen für gesunde und schöne Zähne schaffen. Fragen Sie Ihren Zahnarzt, er berät Sie gern.

FRAGEN, HINWEISE, INFORMATIONEN? Hier ist Raum für Notizen

Area for notes with horizontal lines.

Bildnachweis: fotolia.com: © Monika Adamczyk, Pavel Losevsky · www.istockphoto.com · www.istockphoto.com · one line

Raum für Praxisstempel



Kassenzahnärztliche Vereinigung  
Niedersachsen

Zeißstraße 11 · 30519 Hannover  
www.kzvn.de

# Die Pflege der MILCHZÄHNE

