Dr. med. Stefanie Naegele
Dr. med. Christina Heuser
Kinder- und Jugendärztinnen

Kuglerstr. 17, 81675 München
Tel.: 089/45216260, Fax.: 089/452162629

KINDERÄRZTLICHE EMPFEHLUNGEN ZUR ZAHNPFLEGE UND MILCHZAHNKARIES-PRÄVENTION IM SÄUGLINGS- UND KLEINKINDALTER

In diesem Merkblatt möchten wir Sie mit den wichtigsten Grundregeln zur Zahnpflege und Prävention der Milchzahnkaries bei Ihrem Kind vertraut machen. Gerne beantworten wir auch bei den routinemäßigen Vorsorgeuntersuchen Ihre Fragen zu diesem sehr wichtigen Thema.

Warum müssen Milchzähne gepflegt werden?

Die Milchzähne haben eine sehr wichtige Funktion als Platzhalter für die späteren bleibenden Zähne. Sie ermöglichen auch eine gute Kau- und Sprachfunktion. Die normale Sprachentwicklung kann ohne gesunde Milchzähne nicht stattfinden. Milchzahnkaries kann zu einer chronischen Entzündung im Mund und Schmerzen führen. Auch der ästhetische Aspekt von gesunden Milchzähnen ist nicht zu vernachlässigen.

Ab wann sollte mein Kind mit dem Zähneputzen beginnen?

Ab dem ersten Zahn können Sie mit dem Zähneputzen beginnen. Grundsätzlich empfehlen wir spätestens ab vier Zähnen intensiver zu putzen. Am besten Sie putzen die Zähne mit Ihrem Kind zusammen. Und Sie sollten auf eine regelmäßige und korrekte Durchführung der Zahnpflege bestehen. Die Eltern und Geschwister können als Vorbild dienen.

Wie und wie oft sollte mein Kind die Zähne putzen?

Bei sehr kleinen Kindern empfiehlt es sich, eine spezielle Säuglingszahnbürste zu benutzen. Sie können auch mit einem angefeuchteten Wattestäbchen beginnen. Kleinkinder benötigen eine weiche Kinderzahnbürste mit massivem Griff und kleinem Bürstenkopf. Ab dem 1. Geburtstag wird empfohlen, die Zähne zweimal täglich mit den Kindern zu putzen. Nach dem Genuss von Süßigkeiten sollte zumindest der Mund mit Wasser gespült werden.

Welche Zahnpasta benötigt mein Kind?

Säuglinge verschlucken Zahnpasta noch häufig. Benutzen Sie deshalb nur eine angefeuchtete Säuglingszahnbürste oder ein nasses Wattestäbchen. Mit dem Zahndurchbruch soll das regelmäßige Zähneputzen etabliert und spätestens mit dem

Dr. med. Stefanie Naegele
Dr. med. Christina Heuser
Kinder- und Jugendärztinnen

Kuglerstr. 17, 81675 München
Tel.: 089/45216260, Fax.: 089/452162629

ersten Geburtstag eine reiskorngroße Zahnpastamenge mit 1.000 ppm Fluoridgehalt zweimal täglich eingebürstet werden, ab dem zweiten Geburtstag dann eine erbsengroße Menge. Sollte Ihr Kind gleichzeitig fluorhaltige Vitamin-D-Tabletten einnehmen, putzen Sie bitte mit einer Zahnpasta ohne Fluorid, um eine Kumulation im Körper Ihres Kindes zu vermeiden.

Welche weiteren Möglichkeiten gibt es eine Milchzahnkaries bei meinem Kind zu verhindern?

Zahnkaries ist eine Infektionskrankheit und kann deswegen auch über Speichel von den Eltern auf das Kind übertragen werden. Achten Sie bitte deshalb selbst auf eine gute Zahnhygiene und regelmäßige zahnärztliche Kontrollen. Den Löffel eines Kindes oder einen zu Boden gefallenen Schuller sollten Sie nicht ablecken.
Wenn Ihr Kind eine Flasche bekommt, so sollte sie ihm nicht allein überlassen, zum Einschlafen ins Bett gelegt oder zur Beruhigung gegeben werden. Sonst könnten durch eine Nuckelflaschenkaries die Milchzähne geschädigt werden oder sogar ein Verlust drohen. Wenn das Kind seine Nahrungsflasche selbst halten will, sollte sie am Ende jeder Mahlzeit weggestellt werden.
Für die Zähne ähnlich schädlich wie ständiges Flaschennuckeln ist es, wenn Kinder ständig etwas essen, z. B. Kekse oder Apfelstücke. Im Mund entsteht ein saures Milieu, das den Schmelz schädigt. Der Speichel bekommt keine Chance, den Zahnschmelz zu mineralisieren. Verwenden Sie zum Kochen fluoridiertes Speisesalz.

Ab wann sollte mein Kind zum Zahnarzt?

Wir empfehlen eine regelmäßige kinderzahnärztliche Untersuchung (alle 12 Monate) ab dem ersten Geburtstag Ihres Kindes.

Bei Fragen oder Anliegen wenden Sie sich bitte direkt an

info@kinderarztpraxis-dr-naegele.de