

Zahnärztlicher Kinderpass für

Vorname

Name

Gesunde Zähne von Anfang an!



Vorbeugen – früher als Sie glauben ... Sie glauben ...

Liebe Eltern,

wir wünschen Ihrem Kind gesunde Zähne von Anfang an. Denn bereits während der Schwangerschaft und in den ersten Lebensjahren werden die Weichen für die Zahn- und Mundgesundheit gestellt.

Die zahnmedizinische Wissenschaft hat die Entstehung von Karies und Zahnfleischerkrankungen gründlich erforscht und bewiesen, dass die Karies durch richtige Vorsorge vermieden werden kann.

Studien belegen, dass die Karies insbesondere in Baden-Württemberg weit zurückgegangen ist.

Leider gibt es immer noch Kinder mit einem hohen Anteil kariöser Zähne. Dies zeigt sich auch bei den Milchzähnen. Durch Früherkennung sind aufwendige Behandlungen oft vermeidbar. Daher sind sechs Überweisungsmöglichkeiten vom Kinderarzt zum Zahnarzt ab dem 6. Lebensmonat bis zum 64. Lebensmonat (U5-U9) vorgesehen.

Grundsätzlich sollten routinemäßig 3 normale Früherkennungsuntersuchungen (FU) beim Zahnarzt durchgeführt werden.

Früherkennungsuntersuchung 1a 6. bis zum 9. Lebensmonat

Früherkennungsuntersuchung 1b 10. bis zum 2. Lebensmonat

Früherkennungsuntersuchung 1c 21. bis zum 33. Lebensmonat

Diese passen gut zu den ärztlichen Untersuchungen U5, U6 und U7.

Im Anschluss werden regelmäßige, halbjährliche zahnärztliche Untersuchungen empfohlen

Ihre Zahnärztin / Ihr Zahnarzt

Praxisbesuch beim Zahnarzt

Zahnarzt

Untersuchungstermine

Untersuchung Schwangere		Termin
US1	im 3. Monat	
US2	im 8. Monat	
Früherkennungsuntersuchung Kind		Termin
FU 1a	vom 6. bis zum 9. Lebensmonat	
FU 1b	vom 10. bis zum 12. Lebensmonat	
FU 1c	vom 21. bis zum 24. Lebensmonat	
*		
*		
*		
*		
*		
*		
*		
*		

* Auch im Anschluss an diese Vorsorgetermine werden für Ihr Kind halbjährliche Untersuchungen empfohlen.

Praxisstempel

Früherkennungsuntersuchung Schwangere (FU)

Früherkennungsuntersuchung 1a (6. bis 9. Lebensmonat)

- Befund: naturgesund behandlungsbedürftig
 saniert
- Lutschgewohnheiten: keine Daumen/Finger
 Schnuller
- Zahnpflege: gut ausreichend
 nicht ausreichend

Früherkennungsuntersuchung 1b (10. bis 12. Lebensmonat)

- Befund: naturgesund behandlungsbedürftig
 saniert
- Lutschgewohnheiten: keine Daumen/Finger
 Schnuller
- Zahnpflege: gut ausreichend
 nicht ausreichend

Früherkennungsuntersuchung 1c (21. bis 24. Lebensmonat)

- Befund: naturgesund behandlungsbedürftig
 saniert
- Lutschgewohnheiten: keine Daumen/Finger
 Schnuller
- Zahnpflege: gut ausreichend
 nicht ausreichend

Anschließend werden regelmäßige, halbjährliche Untersuchungen (U) empfohlen, die Sie individuell vereinbaren:

Früherkennungs- untersuchung (FU)

Untersuchung U

Datum: _____

- Befund: naturgesund behandlungsbedürftig
 saniert
- Lutschgewohnheiten: keine Daumen/Finger
 Schnuller
- Zahnpflege: gut ausreichend
 nicht ausreichend

Untersuchung U

Datum: _____

- Befund: naturgesund behandlungsbedürftig
 saniert
- Lutschgewohnheiten: keine Daumen/Finger
 Schnuller
- Zahnpflege: gut ausreichend
 nicht ausreichend

Untersuchung U

Datum: _____

- Befund: naturgesund behandlungsbedürftig
 saniert
- Lutschgewohnheiten: keine Daumen/Finger
 Schnuller
- Zahnpflege: gut ausreichend
 nicht ausreichend

Untersuchungstermine

Kind (U)

Untersuchung U

Datum: _____

- Befund: naturgesund behandlungsbedürftig
 saniert
- Lutschgewohnheiten: keine Daumen/Finger
 Schnuller
- Zahnpflege: gut ausreichend
 nicht ausreichend

Untersuchung U

Datum: _____

- Befund: naturgesund behandlungsbedürftig
 saniert
- Lutschgewohnheiten: keine Daumen/Finger
 Schnuller
- Zahnpflege: gut ausreichend
 nicht ausreichend

Untersuchung U

Datum: _____

- Befund: naturgesund behandlungsbedürftig
 saniert
- Lutschgewohnheiten: keine Daumen/Finger
 Schnuller
- Zahnpflege: gut ausreichend
 nicht ausreichend

Untersuchungstermine

Kind (U)

Untersuchung U

Datum: _____

- Befund: naturgesund behandlungsbedürftig
 saniert
- Lutschgewohnheiten: keine Daumen/Finger
 Schnuller
- Zahnpflege: gut ausreichend
 nicht ausreichend

Untersuchung U

Datum: _____

- Befund: naturgesund behandlungsbedürftig
 saniert
- Lutschgewohnheiten: keine Daumen/Finger
 Schnuller
- Zahnpflege: gut ausreichend
 nicht ausreichend

Untersuchung U

Datum: _____

- Befund: naturgesund behandlungsbedürftig
 saniert
- Lutschgewohnheiten: keine Daumen/Finger
 Schnuller
- Zahnpflege: gut ausreichend
 nicht ausreichend

Der persönliche Ratgeber für werdende Eltern

Wussten Sie, dass ...

- ... die Mundgesundheit der Schwangeren wichtig für die Allgemeingesundheit der werdenden Mutter und ihres Kindes ist?

Zahnfleischerkrankungen bei der Schwangeren erhöhen das Risiko für Frühgeburten!

- ... die Mundgesundheit bei Schwangeren wichtig für die Mundgesundheit des Kindes ist?

Bakterien, die die Entstehung der Karies fördern, können von der Mutter auf das Kind übertragen werden. Die Vermehrung dieser Bakterien ist ganz entscheidend abhängig vom Zuckerkonsum. Wird viel Zucker gegessen, sind viele schädliche Bakterien in der Mundhöhle.



> Merke.

Gesunde Zähne und gesundes Zahnfleisch bei der Schwangeren helfen Mutter und Kind. Kranke Zähne und krankes Zahnfleisch bei der Schwangeren schaden nicht nur der Schwangeren, sondern gefährden auch die Allgemeingesundheit des Kindes.



Der persönliche Ratgeber für junge Familien

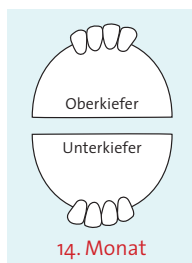
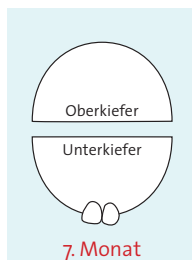
Aus diesem Grund ...

- ... während der Schwangerschaft mindestens zweimal den Zahnarzt aufsuchen – zur Vorbeugung (z. B. durch Professionelle Zahnreinigung) und Kontrolle; ggf. zur Behandlung der Karies und zur Bekämpfung schädlicher Bakterien.
- ... führen Sie in der Schwangerschaft eine besonders gründliche häusliche Mundhygiene durch; dazu gehört auch die Reinigung der Zahnzwischenräume.
- ... stillen Sie Ihr Kind – wenn möglich – sechs Monate lang bis zum Durchbruch der ersten Milchzähne.
Die Muttermilch enthält alles, was Ihr Kind braucht. Gleichzeitig wird durch das Saugen der Kiefer richtig geformt.
- ... geben Sie Ihrem Kind nur ungesüßte Getränke und verzichten Sie auf Saug- und Nuckelflaschen zum Dauergebrauch.

Kleinkinder: Die Schneidezähne kommen

Wussten Sie, dass ...

- ... ein Kleinkind insgesamt 20 Milchzähne hat?
Jeweils vier mittlere und seitliche Schneidezähne, Eckzähne, erste und zweite Milchmolaren (-mahlzähne).
- ... meist die mittleren Schneidezähne um den sechsten Lebensmonat kommen?
- ... in Abständen von jeweils einem halben Jahr die anderen Milchzähne nachfolgen?
- ... kariesfördernde Bakterien sich auf Zähnen in Form von Belägen („Zahnplaque“) anheften?
Die Bakterien „essen“ den Zucker aus der menschlichen Nahrung und verarbeiten ihn zu Säuren. Der Zahn wird durch diese Säure „entkalkt“. Am Ende dieser Entwicklung steht „das Loch im Zahn“.



> Merke.

Saubere „belagfreie“ Zähne bleiben gesund. Der Aufwand für die Eltern ist gering. Der Nutzen für die Kinder (schöne, gerade, weiße Zähne ohne Löcher, keine Schmerzen) und die Eltern (keine schlaflosen Nächte) ist hingegen groß. Es lohnt daher, die Kinder frühzeitig an regelmäßige Zahnpflege zu gewöhnen. Dies geschieht am besten, indem Rituale eingeführt werden (Zähneputzen abends vor dem Schlafengehen).



Aus diesem Grund ...

- ... geben Sie weiterhin nur ungesüßte Getränke und verwenden Sie auf keinen Fall Saug- und Nuckelflaschen zum Dauergebrauch.

- ... beginnen Sie mit der Zahnpflege bei Ihrem Kind:
 - einmal täglich (am besten abends)
 - mit einer angefeuchteten Lernzahnbürste und
 - einer höchstens erbsengroßen Menge fluoridhaltiger Kinderzahnpaste (Fluoridgehalt bis 500 ppm).

- ... schützen Sie die Zähne Ihres Kindes durch Fluoride.
Zahnmedizinische Wissenschaftler empfehlen folgende Verwendung
Kinder bis drei Jahre:
Vorzugsweise Fluorid-Kinderzahnpaste, fluoridiertes Speisesalz
Oder alternativ:
Fluoridtabletten zum Lutschen, fluoridfreie Zahnpaste, fluoridfreies Speisesalz

Weitere Informationen

Quelle: Patienteninformation der KZBV – Broschüre >> Gesunde Zähne für Ihr Kind
<https://www.kzbv.de/gesunde-kinderzaehne.1073.de.html>

Lassen Sie sich hierzu auch von Ihrem Zahnarzt/Kinderarzt beraten.

Kleinkinder: Die Milchbackenzähne kommen

Wussten Sie, dass ...

- ... im Zeitraum 18. bis 26. Monat die Milchbackenzähne kommen?

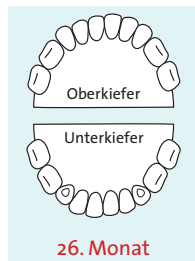
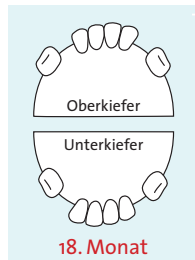
Im Unterschied zu den Schneide- und den Eckzähnen haben die Backenzähne auch eine Kaufläche. Diese ist im Vergleich zu den übrigen Zahnflächen größer (mehr Bakterien können anhaften!) und auch schwerer zu reinigen.

- ... die Ernährung Ihres Kindes in dieser Lebensphase ganz besonders wichtig ist?

Saug- und Nuckelflaschen mit gesüßten und säurehaltigen Getränken (Limonaden, Eistee, Fruchtsäfte, Multivitaminsäfte usw.) sind der größte Feind der Kinderzähne.

> Merke.

Es ist wichtig, frühzeitig gute Gewohnheiten zu erlernen, damit diese später selbstverständlich im Alltag praktiziert werden können. Die Familienmitglieder sind in dieser Altersgruppe wichtige Vorbilder. Dies gilt sowohl für die häusliche Mundhygiene als auch für den regelmäßigen Zahnarztbesuch!



Halbjährliche Kontrolle



Aus diesem Grund ...

- ... helfen Sie Ihrem Kind, das Zähneputzen zu erlernen.

Putzen Sie aber auf jeden Fall selbst nach! (Ihr Kind schafft es ohne Ihre Hilfe alleine nie, die Zähne richtig zu säubern)

Putzen Sie jetzt zweimal täglich mit fluoridhaltiger Kinderzahnpaste (Fluoridgehalt bis 500 ppm).



- ... lassen Sie Ihr Kind nicht mehr aus der Flasche trinken. Nehmen Sie einen Becher oder eine Tasse.

- ... gehen Sie mit Ihrem Kind halbjährlich zum Zahnarzt.



Das Wichtigste in Kürze

> Merke.

- > Keine süßen Getränke in die Nuckelflasche
- > Flaschen nicht zum Dauernuckeln überlassen
- > Kinderzähne je nach Lebensalter ein- bis zweimal am Tag durch die Eltern putzen
- > Fluoridierung mit Zahnarzt/Kinderarzt absprechen
- > Regelmäßiger Zahnarztbesuch von Kindern und Eltern

Weitere Informationen

Inzwischen gibt es auch detaillierte Fluoridierungsempfehlungen von den zahnärztlichen Fachgesellschaften, wobei Fluoridtabletten nicht mehr nötig sind.

Empfehlung zur Anwendung von Kinderzahnpasten

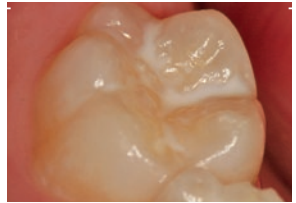
Alter	Konzentration	Häufigkeit	Menge
Ab Durchbruch des ersten Zahnes bis zum zweiten Geburtstag	500 ppm	zweimal täglich	erbsengroß
	alternativ		
	1.000 ppm	zweimal täglich	reiskorngroß
Vom zweiten bis zum sechsten Geburtstag	1.000 ppm	zweimal täglich	erbsengroß
Zusätzlich fluoriertes Speisesalz mit Beginn der Teilnahme des Kindes an der Familienverpflegung			

* Deutsche Gesellschaft für Zahnerhaltung (DGZ), Deutsche Gesellschaft für Präventivzahnmedizin (DGPZM), Deutsche Gesellschaft für Kinderzahnheilkunde (DGKiz), Bundesverband der Zahnärztinnen und Zahnärzte des öffentlichen Gesundheitsdienstes (BZÖG) und der Bundeszahnärztekammer (BZÄK), Stand 27.9.2018

Quelle: DGPZM

Und wie geht es bis zum Schulbeginn weiter?

- > Auf neu durchbrechende bleibende Zähne, vor allem auf die Backenzähne achten, die schwieriger zu putzen sind und die im fünften. bzw. sechsten Lebensjahr durchbrechen
- > Zweimal jährlich zur zahnärztlichen Vorsorgeuntersuchung
- > Die bleibenden Backenzähne gegebenenfalls beim Zahnarzt versiegeln lassen (Kariesschutz)
- > Individuelle häusliche Fluoridgaben – wie mit dem Zahnarzt abgesprochen
- > Zweimal täglich Zähne putzen – wie vom Zahnarzt gezeigt
- > Zuckerarme Ernährung, Naschen zwischendurch vermeiden
- > Keine säurehaltigen Säfte und Limos, Fruchtsäfte mit viel Wasser verdünnen
- > Kieferorthopädische Kontrolle, damit die Zähne schön gerade stehen



Nahaufnahme eines versiegelten Backenzahnes.



Milchzähne sind wie Babys: Sie brauchen besondere Pflege

Für die tägliche Pflege und den besonderen Kariesschutz ab dem 1. Zahn hat die **elmex® Forschung** eine Kinder-Zahnpasta entwickelt, die speziell auf die Bedürfnisse der Kinder bis 6 Jahre abgestimmt ist.

elmex Kinder-Zahnpasta

- schützt die Zähne mit hochwirksamem Aminfluorid vor Karies
- enthält die von Zahnärzten empfohlene Fluoridkonzentration (500 ppm)
- sichert die wichtige Platzhalterfunktion der Milchzähne
- besitzt einen milden, jedoch nicht süßen Geschmack, um Kinder nicht zum Naschen der Zahnpasta zu verleiten

> Herausgeber.

Informationszentrum Zahngesundheit Baden-Württemberg

Eine Einrichtung der Landes Zahnärztekammer Baden-Württemberg und der

Kassenzahnärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg

Postfach 10 24 33, 70020 Stuttgart

E-Mail: presseizz@t-online.de

Autorenteam: Prof. Dr. Johannes Einwag
Dr. Bernd Krämer
Dr. Renate Lüllwitz-Hoch

Redaktion/ Gestaltung: Johannes Clausen, Sandra Limley-Kurz,
Heidi Rieß-Schütt, Ulrike Fuchs

Bildnachweise: Seite 1 bis Seite 12: Fotolia, imago
Seite 13: (oberes Bild): elmex® Forschung
Seite 15: Einwag

Der Zahnärztliche Kinderpass konnte mit freundlicher Unterstützung von CP GABA GmbH, Hamburg, gedruckt werden.

*Im Interesse einer leichten Lesbarkeit wurde auf geschlechtsspezifische Formulierungen verzichtet. Selbstverständlich beziehen sich alle gewählten personenbezogenen Bezeichnungen auf beide Geschlechter.