

Die zahngesunde Schultüte macht's möglich **Mit Biss ins Abenteuer Schule**

Foto: Adobe Stock_ drubig-photo



Wenn im Herbst wieder hunderttausende Kinder in Deutschland ihren ersten Schultag feiern, darf eines nicht fehlen: die bunt gefüllte Schultüte. Doch was viele nicht wissen: Gerade der Schulstart markiert auch einen kritischen Punkt in Sachen Zahngesundheit. Denn mit dem neuen Lebensabschnitt verändern sich Alltagsroutinen – und nicht selten leidet die Zahnpflege darunter.

Der erste Schultag ist ein Meilenstein – mit großer Vorfreude, neuen Stiften, Ranzen – und natürlich einer prall gefüllten Schultüte. Damit der Start ins Schulleben nicht nur aufregend, sondern auch zahngesund gelingt, setzt die Zahnärzteschaft Baden-Württemberg auf clevere Alternativen zu Karies & Baktus: Die zahngesunde Schultüte zeigt, dass sich kleine Geschenke, Spaß und Gesundheitsbewusstsein wunderbar verbinden lassen – ganz ohne erhobenen Zeigefinger.

Die Mischung macht's – und die Menge auch

Natürlich darf in eine bunte Schultüte auch mal ein Stück Schokolade oder ein Lieblingslolly – schließlich geht es ums Feiern! Entscheidend ist aber die Balance. Wer auf zuckerarme oder -freie Snacks und zahnschonende Überraschungen setzt, tut den neuen Schulkindern nicht nur geschmacklich, sondern auch gesundheitlich etwas Gutes.

Statt ausschließlich Schokolade, Bonbons und Lollis enthält die zahngesunde Schultüte smarte, zahnfreundliche Überraschungen: Süßigkeiten ohne Zuckerzusatz, Knabberartikel wie Reiswaffeln oder ungesalzene Nüsse, Zahnbürsten in Lieblingsfarben, Zahnpasta mit kindgerechtem Fluoridgehalt und ein Zahnputz-Timer sorgen nicht nur für leuchtende Augen, sondern auch für gesunde Zähne. Ergänzt wird das Paket durch kleine Spielzeuge, bunte Sticker oder auch einen Gutschein – alltagstauglich, kreativ und zahnschonend.

„Wir möchten Eltern und Bezugspersonen sensibilisieren, dass der erste Schultag ein idealer Anlass ist, gesunde Gewohnheiten zu stärken“, sagt Dr. Jutta Vischer, Vorsitzende des Prophylaxeausschusses der Landes Zahnärztekammer Baden-Württemberg. Genuss und Gesundheitsvorsorge seien dabei kein Widerspruch.

Cooler Inhalt statt Kariesrisiko

Was konkret in die zahngesunde Schultüte kann?

Hier einige Ideen, die Kinder begeistern – und Zähne schonen:

- ▣ Besondere Stifte, lustige Radiergummis oder Spitzer
- ▣ Brotdose oder Trinkflasche,
- ▣ Schlüsselanhänger, ein Freundebuch oder Namensaufkleber
- ▣ Persönlicher Glücksbringer, ein kleines Kuscheltier oder Spielzeug
- ▣ Geldbeutel, den man als Schulkind dringend braucht
- ▣ Ein Buch - am besten „Zahntastisch“
 - denn das macht nicht nur Spaß,
 - sondern hier kann man auch noch etwas lernen

Zuckerfreie Produkte sind übrigens leicht erkennbar: Sie tragen das bekannte **Zahnmännchen-Siegel**.

Warum das wichtig ist? Weil gesunde Zähne von Anfang an zählen.

„Karies ist kein Schicksal, sondern oft eine Frage der Aufklärung und der Gewohnheit“, betont Dr. Vischer. Mit diesem Augenmerk wolle man Familien ermutigen – nicht bevormunden. Milchzähne sind zwar nicht für immer da – aber ihre Gesundheit ist entscheidend für die bleibenden Zähne. Wer früh auf Aufklärung setzt, legt den Grundstein für ein gesundes Lächeln – in der Schule und weit darüber hinaus.

Sie haben Rückfragen?

Gerne stehen wir Ihnen hierfür zur Verfügung:

Cornelia Schwarz, Leiterin des IZZ BW

cornelia.schwarz@izzbw.de

0172 7279919



**INFORMATIONSZENTRUM
ZAHN- UND MUNDGESUNDHEIT**

Eine Einrichtung der Kassenzahnärztlichen
Vereinigung und der Landes Zahnärztekammer
Baden-Württemberg



Informationszentrum Zahn- und Mundgesundheits Baden-Württemberg (IZZ)

Eine Einrichtung der Kassenzahnärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg und
der Landes Zahnärztekammer Baden-Württemberg

Heßbrühlstr. 7, 70565 Stuttgart