



Klaus Dinter

ZAHNARZT Dr. med. dent.

:: Hohenstaufenring 43-45 :: 50674 Köln
:: Tel 0221-205 310 94 :: Fax 0221-205 311 74 :: E-Mail info@dr-klaus-dinter.de

Kinder sind uns wichtig

Damit die Kleinen von Anfang an in Sachen Mundhygiene auf den richtigen Weg gebracht werden, sollten sie deshalb schon im Alter von 6 Monaten das erste Mal den Zahnarzt besuchen. So gewöhnen sie sich an die Behandler und die fremden Gerüche in der Praxis. Angst ist dann oft kein Thema mehr.

Auch wenn die Kleinsten noch keine Zähne haben, können schon in diesem Alter von den Eltern kariogene Keime in die Mundhöhle gelangen, deshalb ist die Mundhygiene der Eltern ein wichtiger Teil der Zahngesundheit ihrer Kinder.

Hier einige Tipps von uns:

- :: Lieber einen Beruhigungssauger, als den Daumen benutzen, denn dieser ist immer „parat“ und kann somit das Kieferwachstum länger negativ beeinflussen.
- :: Als Durststiller ist Wasser sauren oder gesüßten Tees vorzuziehen. Dieses so früh wie möglich aus der Tasse anbieten, damit ein Dauernuckeln vermieden wird.
- :: Ab dem Durchbruch des 1. Zahnes 2 x täglich mit einer weichen, dem Alter entsprechenden Zahnbürste und fluoridierte Zahnpasta putzen. Dabei nur einen kleinen Klecks Zahnpasta verwenden da diese in diesem Alter noch verschluckt wird. Die Zahnpasta sollte dem Alter entsprechend 500 ppm Fluorid enthalten, und auf eine zusätzliche Gabe von Fluoridtabletten sollte verzichtet werden.
- :: Süßigkeiten sollten nicht verboten werden, sonst essen die Kinder heimlich und umso mehr. Achten Sie darauf, dass Süßes nicht immer wieder über den Tag verteilt in kleinen Portionen an den Zahn gelangt. Lieber nur einmal am Tag. So kann der Speichel den richtigen pH-Wert aufrecht erhalten. Außerdem auf Bonbons und Lutscher verzichten, da hier der Zucker lange am Zahn verweilt.
- :: Auch wenn Kinder mit 6 Jahren meinen sie sind schon „groß“, sind sie motorisch noch nicht so geschickt, als dass man auf Nachputzen verzichten könnte. Daher morgens das Kind ruhig selbst putzen lassen, abends sollte aber gründlicher darauf geachtet und nachgeputzt werden. Die Zahnpasta sollte nun einen Fluoridgehalt von 1000-1500 ppm enthalten. Benutzen sie ruhig schon jetzt zwischen dem ersten bleibenden Backenzahn und dem Nachbarzahn Zahnseide, um Karies zwischen den Zähnen zu vermeiden.

Falls Sie noch Fragen zu diesem Thema haben wenden Sie sich gerne an uns!