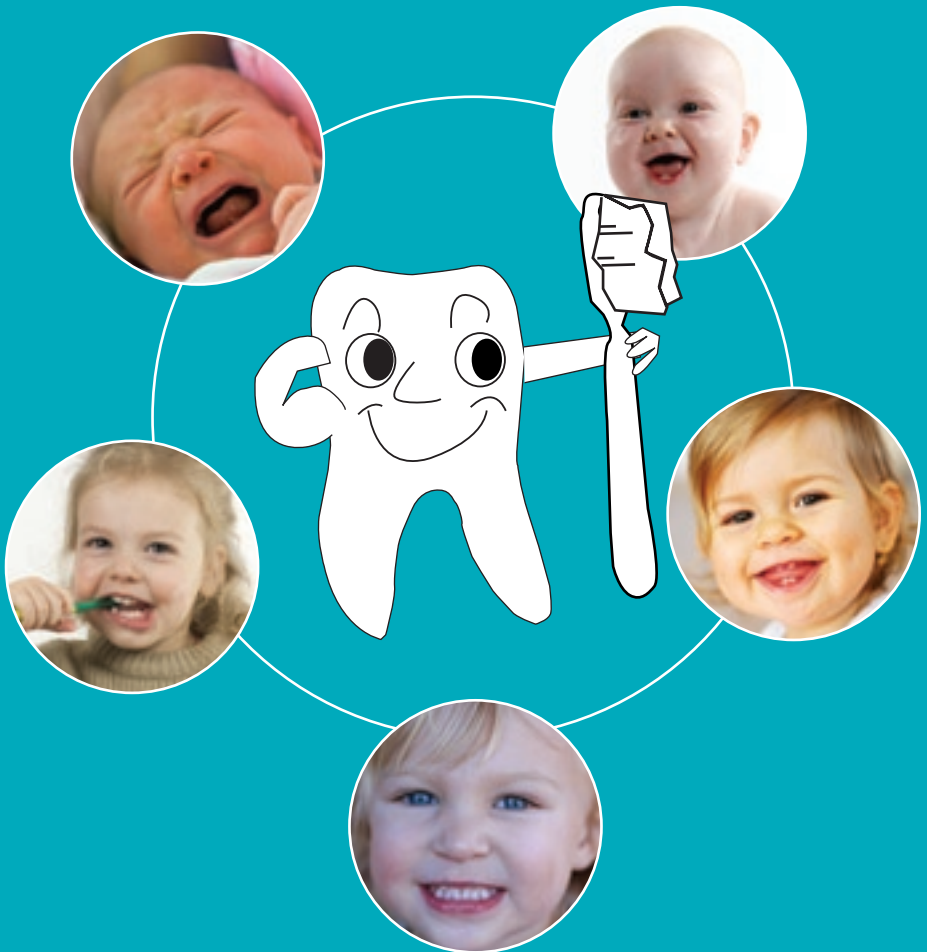


# Zahnärztlicher Kinderpass

Gesunde Zähne  
von Anfang an!





# Vorbeugen – früher als 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 aufwändige Behandlungen oft vermeidbar. Deshalb sind Vorsorgeuntersuchungen in der Zahnarztpraxis bereits im Kleinkindalter wichtig.

*Ihre Zahnärztin/Ihr Zahnarzt*

Sie glauben  
Dieser Pass gehört

## Praxisbesuch beim Zahnarzt von

---

Vorname, Name

---

geboren am

---

Straße/Nr.

---

PLZ/Ort

Foto  
Ihres Kindes

# Der persönliche Ratgeber für werdende Eltern und junge Familien

## 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 erhöhen auch die Gesundheitsrisiken für ihr Kind.

**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.
- ... nach der Geburt des Kindes – auch wenn die Zähne noch nicht da sind – vermeiden Sie bitte die Übertragung der kariesfördernden Bakterien.
  - Lecken Sie Löffel oder Sauger/Schnuller nicht ab!
- ... 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.
- ... nutzen Sie kieferformende Sauger, wenn Sie nicht stillen.
- ... geben Sie Ihrem Kind nur ungesüßte Getränke, und verzichten Sie auf Saugflaschen zum Dauergebrauch.

# Kleinkinder: Die Schneidezähne kommen

## Wussten Sie, dass ...

... ein Kleinkind insgesamt 20 Milchzähne hat?

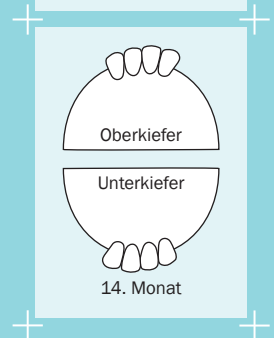
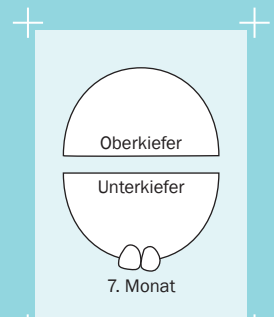
Jeweils vier mittlere und seitliche Schneidezähne, Eckzähne, erste und zweite Milchmolaren (-mahlzähne).

... die mittleren Schneidezähne als erste ab ca. 6 Monaten kommen?

... in Abständen von jeweils einem halben Jahr die anderen Milchzähne nachfolgen?

... kariesfördernde Bakterien sich auf den 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).

# dezähne kommen

## Aus diesem Grund ...

... vermeiden Sie weiterhin die Übertragung karies-fördernder Bakterien auf Ihr Kind:

Lecken Sie den Löffel oder den Sauger/Schnuller nicht ab.

... geben Sie weiterhin nur ungesüßte Getränke und verwenden Sie auf keinen Fall Saugflaschen zum Dauergebrauch.

... nutzen Sie weiterhin kieferformende Sauger/Schnuller.



... 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.

Lassen Sie sich hierzu von Ihrem Zahnarzt/Kinderarzt beraten.

# Kleinkinder: Die Milchbackenzähne kommen

## Wussten Sie, dass ...

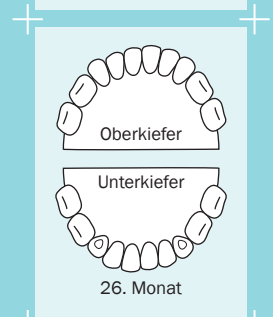
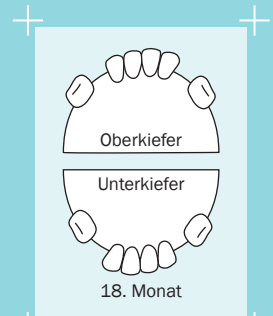
... in diesem Zeitraum die Milchbackenzähne kommen ?

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.

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

**Merke:** Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr! 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!





# ckenzähne kommen

## 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).



... verwenden Sie bitte fluoridiertes Speisesalz zum Schutz der Zähne.

Fluoridiertes Speisesalz ist ein Gewinn für die gesamte Familie.



... 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

- Kein Abschlecken der Sauger und/oder der Löffel
- Kieferformende Sauger/Schnuller verwenden
- Keine süßen Getränke in die Nuckelflasche
- Flaschen nicht zum Dauernuckeln überlassen
- Kinderzähne mindestens 1 x am Tag durch die Eltern putzen
- Fluoridierung mit Zahnarzt/Kinderarzt absprechen
- Regelmäßiger Zahnarztbesuch von Kindern und Eltern

Anzeige



## Milchzähne sind wie Babies: Sie brauchen besondere Pflege

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

### elmex® Kinder-Zahnpaste

- 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 Zahnpaste zu verleiten

# Praxisbesuch beim Zahnarzt

## beim Zahnarzt

### Praxisbesuch beim Zahnarzt

#### Untersuchungstermine

Untersuchung*		Termin
US1	Schwangere (3. Monat)	
US2	Schwangere (8. Monat)	
UK1	Kind ab dem 6. Monat	
UK2	Kind ab dem 20. Monat	

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

US1, US2 = Untersuchung Schwangere

UK1, UK2 = Untersuchung Kind

Praxisstempel

## **Herausgeber.**

Landesarbeitsgemeinschaft für Zahngesundheit  
Baden-Württemberg e. V. (LAGZ)  
Albstadtweg 9, 70567 Stuttgart  
E-Mail: [info@lagz-bw.de](mailto:info@lagz-bw.de)

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

*Redaktion / Gestaltung:* Johannes Clausen,  
Sandra Limley, Heidi Rieß-Schütt

### *Bildnachweise:*

S.1 – S.10: Fotolia

S.7: IZZ, Kleinbach

S.9 (oberes Bild): elmex® Forschung

Der Zahnärztliche Kinderpass konnte mit freundlicher Unterstützung der elmex® Forschung, Lörrach, gedruckt werden.