

## Liebe Eltern,

Sie möchten, dass Ihre Kinder gesunde Zähne haben und bemühen sich, alles dafür zu tun. Zu Ihrer Unterstützung haben wir für Sie die wichtigsten Informationen zusammengestellt.

### Wie kann man vorsorgen?

Die drei Eckpfeiler zahnmedizinischer Vorsorge sind zweckmäßige Zahn- und Mundpflege, die Anwendung von Fluoriden und eine ausgewogene Ernährung.

### Die tägliche Zahnpflege

Bereits mit ca. 6 Monaten bekommt Ihr Kind seinen ersten Zahn. Von jetzt an sollten Sie einmal täglich – am besten abends vor dem Schlafengehen - die Zähne Ihres Kindes mit einer erbsengroßen Menge Kinderzahnpaste (max. 500 ppm Fluorid) putzen.

Der direkte Kontakt des Fluorids mit der Zahnoberfläche bewirkt eine Karieshemmung. Ab dem 2. Geburtstag sollten die Milchzähne zweimal täglich geputzt werden.

Die Eltern müssen das Zähneputzen bei Kleinkindern überwachen. Putzen Sie Ihren Kindern bis in das Schulalter hinein die Zähne nach.

Erst wenn Ihr Kind flüssig die Schreibschrift beherrscht, ist es auch geschickt genug, seine Zähne selbst zu pflegen. Im Schulalter können Sie dann auch Erwachsenen-Zahncreme benutzen (1000 ppm bis 1500 ppm Fluorid).

### Die lokale Fluoridierung

Zusätzlich zum Zähneputzen wird die Verwendung fluoridhaltigen Speisesalzes empfohlen. Weitere Fluoridgaben sind im Regelfall nicht notwendig.

Wird die Zahnpflege nicht mit fluoridhaltiger Zahnpasta durchgeführt und weder fluoridhaltiges Speisesalz noch sonstige fluoridhaltige Nahrungsmittel verwendet, kann eine Fluorid-Supplementierung mit Fluoridtabletten erfolgen. Zur richtigen Dosierung sprechen Sie uns bitte an.

### Die Rolle der Ernährung

Jedes Kind mag Süßigkeiten und ab und zu sind sie auch erlaubt. Zum Einschlafen sind sie aber genauso wenig geeignet wie die Nuckelflasche.

Sonst wirken die Nahrungsreste oder Getränke die ganze Nacht auf die Zähne Ihres Kindes ein. Dadurch entsteht sehr schnell und an allen Zähnen Karies.

### Die regelmäßige Kontrolluntersuchung

Damit es gar nicht erst so weit kommt, sollten Sie Ihr Kind regelmäßig schon zu Kontrollbesuchen in die Praxis mitbringen. Am besten schon ab dem ersten Zahn.

So gewöhnt sich Ihr Kind auch an die neue Atmosphäre.

Mit 2½ Jahren kann Ihr Kind dann auch schon seine erste Prophylaxe bekommen. Dabei werden die Zähne kontrolliert und poliert. Wir überprüfen das Zahn- und Kieferwachstum und geben Ihnen Tipps für zu Hause.

Mit ca. sechs Jahren bekommt Ihr Kind die ersten bleibenden Zähne. Es sind sog. „Zuwachszähne“, die hinter dem letzten Milchzahn durchbrechen.

### Die Fissurenversiegelung

Die Kauflächen der Backenzähne sind besonders kariesanfällig. Man kann daher diese Flächen mit einer Versiegelung schützen. Hierzu wird eine Art kleine Kunststofffüllung auf der Kaufläche gelegt. Dadurch sind die sehr gefährdeten Kauflächen besser gegen Karies geschützt.

Sind die Kauflächen bis zu diesem Zeitpunkt vollkommen intakt, muss dazu noch nicht einmal gebohrt werden!

Die Möglichkeit der Versiegelung besteht natürlich auch bei Milchzähnen und allen anderen bleibenden Zähnen.



Sie sollte, wie andere Füllungen auch, regelmäßig überprüft werden.

Mit diesen Tipps können Sie selbst einen großen Beitrag zur Zahngesundheit Ihres Kindes leisten.

## Das Wichtigste in Kürze

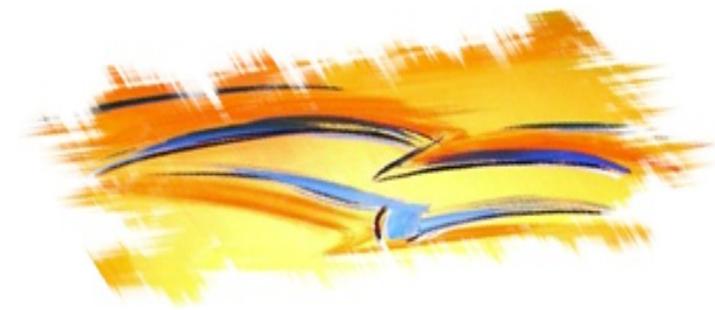
Geben Sie Ihrem Kind keine Nuckelflasche zum Einschlafen. Dies erhöht das Kariesrisiko Ihres Kindes deutlich.

Den ersten Milchzahn bekommt Ihr Kind mit ca. 6 Monaten. Ab diesem Zeitpunkt sollten Sie mindestens zweimal im Jahr die Zähne Ihres Kindes kontrollieren lassen. Ab 2½ Jahren wird dabei auch eine Prophylaxe durchgeführt.

Sobald der erste Milchzahn da ist, sollte dieser einmal täglich mit einer Kinderzahnpaste von den Eltern geputzt werden; ab dem zweiten Geburtstag zweimal täglich. Putzen Sie Ihren Kinder bis in das Schulalter hinein die Zähne nach. Ab dem Schulalter können Sie auch Erwachsenenzahncreme benutzen.

Verwenden Sie zusätzlich fluoridiertes Speisesalz. Nutzen Sie weder dieses noch andere fluoridhaltige Nahrungsmittel, können Sie Ihrem Kind Fluoridtabletten geben.

Bei den bleibenden Backenzähnen kann eine Fissurenversiegelung durchgeführt werden, um das Kariesrisiko zu senken.



*Alles Gute für  
Ihr Kind*

### Zahnarztpraxis Dr. Georgia Karageorgi und Kollegen

Georgstr. 2

30159 Hannover

Tel.: 0511 \_ 32 82 92

Fax.: 0511 \_ 23 52 213

[info@mein-zahnarzt-hannover.de](mailto:info@mein-zahnarzt-hannover.de)

[www.mein-zahnarzt-hannover.de](http://www.mein-zahnarzt-hannover.de)