

Kariesprophylaxe bei Kindern

Liebe Eltern,

nachfolgend haben wir für Sie einige Informationen zusammengestellt, die Ihnen eine Übersicht über die empfohlenen Prophylaxemaßnahmen für Ihr Kind geben sollen.

Bei der Kariesprophylaxe sind vor allem 3 Dinge entscheidend:

1. gesunde Ernährung
2. gute Zahnpflege
3. die Anwendung von Fluoriden zur Stärkung der Zähne

Sie sollten bei der Zahnpflege Ihres Kindes Folgendes beachten:

- Ab dem 1. Milchzahn 1 mal täglich mit einer erbsengroßen Menge fluoridhaltiger Kinderzahnpaste (500 ppm) putzen
- Ab dem 2. Geburtstag 2 mal täglich die Zähne putzen
- In jedem Fall bis ins Schulalter (7.- 8. Lebensjahr) nachputzen bzw. die Mundhygiene Ihres Kindes kontrollieren
- Ab dem 6. Lebensjahr sollten die Zähne mit einer Zahnpaste mit erhöhtem Fluoridgehalt (1000 bis 1500 ppm) gereinigt werden (z.B. Elmex junior)
- Ab dem 6. Lebensjahr wird zusätzlich die wöchentliche Verwendung eines höher konzentrierten Fluoridgels empfohlen (z.B. Elmex gelee)

Zusätzlich sollten Sie beim Kochen fluoridiertes Speisesalz verwenden, denn dieses sorgt für eine Stärkung der Zähne von innen.

Wenn Sie die empfohlenen Richtlinien beachten, werden die Zähne Ihres Kindes weniger kariesanfällig sein, so dass auf die Anwendung der ehemals empfohlenen Fluoridtabletten bis auf seltene Ausnahmen verzichtet werden kann.

Bei der Ernährung Ihres Kindes sollten Sie insbesondere darauf achten, dass Sie zuckerhaltige Getränke vermeiden. Denken Sie auch an versteckte Zucker, die sich beispielsweise in Fertigtees oder auch in Fruchtsäften finden. Generell sollte man daran denken, dass bei der Kariesentstehung nicht die Menge des aufgenommenen Zuckers, sondern die Häufigkeit, mit der er zu sich genommen wird, entscheidend ist.

Zusätzlich zur häuslichen Prophylaxe sollten Sie mit Ihrem Kind zur regelmäßigen Vorsorge, d.h. alle 3 bis 6 Monate, in die Praxis kommen. Dabei können nicht nur Karies, sondern auch

eventuell vorliegende Zahn- oder Kieferfehlstellungen entdeckt werden, die möglicherweise eine frühzeitige kieferorthopädische Behandlung erfordern. Außerdem werden in der Praxis zusätzliche prophylaktische Maßnahmen wie Versiegelungen oder Kontrolle der Mundhygiene durchgeführt.

Ein Zahnarztbesuch kann schon ab einem Alter von 1 bis 2 Jahren empfehlenswert sein, damit sich die Kinder frühzeitig daran gewöhnen können und dieser für sie nicht als unangenehm empfunden wird.

Wir hoffen, dass wir Ihnen hiermit einige Ihrer Fragen beantworten konnten.

Sollten Sie jedoch weitere Fragen zur Kariesprophylaxe haben, beantworten wir Ihnen diese gerne.

Ihr Praxisteam Höhl