

HÄUFIGE FRAGEN UND ANTWORTEN FÜR FAMILIEN

Ist Stillen besser als Flaschenfütterung zur Vorbeugung frühkindlicher Karies?

Die meisten Experten empfehlen in den ersten sechs Lebensmonaten das Stillen gegenüber der Flaschenfütterung. Vorteile des Stillens sind vor allem ein besserer Trainingseffekt für den Kiefer und die Kaumuskulatur, sowie die Übertragung von Körperabwehrkräften der Mutter auf den Säugling über die Muttermilch. Ebenso scheinen Stillkinder Ihre Mutter früher am Geruch zu erkennen als Flaschenkinder. Die ersten Milchzähne brechen in der Regel nach etwa 6 Monaten durch. Da gleichzeitig mit diesem Alter das Immunsystem der Kinder schon recht eigenständig ist, verliert das volle oder teilweise Stillen über diesen Zeitpunkt hinaus seine ursprünglichen Vorteile für die Gesamtgesundheit Ihres Kindes. Beim Stillen kann es ebenso wie bei der Flaschenfütterung zum Entstehen frühkindlicher Karies kommen.

Um frühkindlicher Karies vorzubeugen:

- Bei Stillkindern vermeiden Sie nächtliches Nuckeln, z. B. Saugen an der Brust nach Belieben als Einschlafhilfe. Die Milch kann sich dabei im Mund des Kindes sammeln und zu einer kontinuierlichen Säurebildung während der Nacht führen. Diese Säuren führen zur Zahnfäule.
- Bei Flaschenkindern vermeiden Sie, dass Ihr Baby mit einer mit zuckerhaltigen Tee oder Fruchtsaft gefüllten Flasche umher läuft und dauernuckelt. Lieber sollte das Kind eine Flasche, ganz leer trinken wenn es Durst hat. Als gesunde Alternative können auch ungesüsste Tees oder einfach nur Wasser verwendet werden.
- Zahnärzte und Kinderärzte empfehlen, Kinder spätestens ab dem zweiten Lebensjahr an das Trinken aus einem Becher zu gewöhnen.

Ist es in Ordnung, wenn mein Kind Daumen lutscht?

Daumenlutschen ist bei Säuglingen normal, die meisten Kinder geben diese Angewohnheit im Alter von zwei Jahren selbstständig auf.

- Wenn Ihr Kind noch nach seinem zweiten Geburtstag Daumen lutscht, versuchen Sie ihm dies spätestens bis zum Alter von vier Jahren abzugewöhnen.
- Daumenlutschen über das vierte Lebensjahr hinaus, führt in der Regel zu Verformungen und Fehlstellungen der Zähne und/oder zu Fehlbissen .

Ist es in Ordnung, wenn mein Baby einen Schnuller nimmt?

Ja, aber tauchen Sie ihn keinesfalls in Zucker, Honig oder gesüßte Flüssigkeiten.

- Grundsätzlich gelten für das Schnullern die gleichen zeitlichen Empfehlungen wie für das Daumenlutschen.
- Denken Sie daran, dass Schnuller und Daumenlutschen zwar gesundheitlich keinen Unterschied für Ihr Kind darstellen, die Schnullerentwöhnung aber möglicherweise einfacher ist als das Abgewöhnen des Daumenlutschens.

Wie putzt man die Zähne eines Kleinkindes am besten?

Verwenden Sie eine kleine weiche Bürste. Fahren Sie mit kreisenden oder rüttelnden Bewegungen über alle Zahnflächen und berücksichtigen Sie insbesondere den Übergang zwischen Zahn und Zahnfleischsaum. Die Deutsche Gesellschaft für Zahn- Mund- und Kieferheilkunde (DGZMK) und die Deutsche Gesellschaft für Kinderzahnheilkunde (DGK) empfehlen, sobald das erste Zähnchen in der Mundhöhle erschienen ist, mit einer maximal erbsengrossen Menge Kinderzahnpaste einmal täglich die Zähne zu bürsten. Ab dem zweiten Geburtstag darf dann zweimal am Tag mit einer Kinderzahnpaste geputzt werden. Kinderzahnpasten haben einen auf den kindlichen Organismus abgestimmten verringerten Fluoridgehalt von ca. 500 ppm

Die von den meisten Experten empfohlene Zahnputztechnik für Kinder heisst KAI und ist eine Abkürzung für ein systematisches und strukturiertes Zähneputzen bei dem zuerst die Kauflächen, danach die Aussenflächen und zum Schluss die Innenflächen der Zähne, zuerst beim Unterkiefer und danach beim Oberkiefer, geputzt werden.

Kann ich gefährliche Bakterien übertragen, die den Zähnen meines Babys schaden?

Ja, Karies ist eine Infektionserkrankung die von der Mutter oder dem Vater / bzw. Betreuungspersonen auf die Kleinkinder übertragen wird, sobald die ersten Zähnchen im Mund erscheinen. Die Übertragung erfolgt beispielsweise, wenn ihr Baby seine Hände zuerst in Ihren und dann in seinen Mund tut oder wenn ein Schnuller, Sauger oder Löffel abgelutscht wird. Deshalb ist es auch so wichtig, dass Sie Ihre eigenen Zähne und Ihr eigenes Zahnfleisch gesund halten.

Darüber hinaus hat die Forschung herausgefunden, dass sobald eine schwangere Frau den Blutkreislauf mit ihrem ungeborenen Baby teilt, auch Infektionen des Mundes – insbesondere schwere parodontale Entzündungen – einen Einfluss auf die Entwicklung des im Mutterleib wachsenden Kindes haben. Forschungseinrichtungen in aller Welt haben herausgefunden, dass eine Infektionen des Zahnhalteapparates ein bis zu siebenfach höheres Risiko mit sich bringt, eine Frühgeburt mit einem niedrigen Geburtsgewicht des Säuglings zu erleiden.

Ab wann sollte ich Fluoridzahncreme für mein Kind verwenden?

Ab dem ersten Zähnchen kann mit einer fluoridreduzierten Kinderzahnpaste einmal täglich mit einer ca. erbsengrossen Menge Zahnpaste geputzt werden. Ab dem 2. Geburtstag erhöht sich die Frequenz auf 2-mal täglich. Kinder ab dem 6. Lebensjahr oder besser ab dem Zeitpunkt, zu dem die Milchzähne ausfallen und die bleibenden Zähne erscheinen, können mit einer Erwachsenenzahnpaste putzen.

Grundsätzlich gilt: den Zahnpastenschaum gründlich ausspucken aber nur mit einer Handvoll Wasser ausspülen.

Wenn Kinder den Zahnpastenschaum regelmäßig herunterschlucken, kann das zu einer so genannten Fluorose führen, einer Krankheit, die mit Zahnverfärbungen einhergeht. Vergessen Sie nicht: Auch wenn Ihr Trinkwasser fluoridiert ist, sollten Sie Fluoridzahncreme verwenden. Da Fluoride direkt auf die Zahnoberfläche einwirken und erst dann einen prophylaktischen Effekt haben, wenn die Zähne bereits in der Mundhöhle erschienen sind, sollte vor der Anwendung von systemischen Fluoridierungsmassnahmen (Tabletten, Tropfen), der Zahnarzt oder Kinderarzt befragt werden.

Ich verwende zu Hause nicht fluoridiertes Mineralwasser aus der Flasche. Ist das in Ordnung?

Verwenden Sie zum Trinken und Kochen Mineralwasser oder enthält das Leitungswasser keine Menge Fluorid, die ausreichend wäre einen natürlichen Kariesschutz zu bewirken, können Sie

auch zu fluoridiertem Speisesalz bei der Essenszubereitung greifen. Für kleine Kinder ist ein Fluoridschutz allerdings erst dann wichtig, wenn die Zähne durchbrechen. Ab diesem Zeitpunkt verwenden Sie dann eine fluoridhaltige Kinderzahnpaste (s.o.).

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage: www.colgate.de

©2005 Colgate-Palmolive:
Weltweit bekannt für Mundpflege, Körperpflege und Haushaltspflege.