

ZahnRat 48

DIE AKTUELLE PATIENTENINFORMATION IHRES ZAHNARZTES

Gesunde Kinderzähne trotz süßer Versuchungen

Die Kinder und Jugendlichen haben heute gesündere Zähne als vor zehn, zwölf Jahren. Die Umsetzung von Prophylaxeprogrammen, die Veränderung im individuellen Gesundheitsverhalten und ein zwar kostenintensives, aber für die Mundgesundheit sehr effektives zahnärztliches Versorgungssystem führten besonders im zurückliegenden Jahrzehnt zu einer erheblichen Verbesserung der Mundgesundheit, insbesondere bei Kindern und Jugendlichen.

Allein diese Aussage, die durch statistische Erhebungen gestützt wird, gilt nicht uneingeschränkt. Zwar wächst die Mehrzahl der Kinder und Jugendlichen heute mit einer guten Mundgesundheit, ja, immer häufiger auch ohne Karies auf, aber etwa ein Viertel von ihnen hat noch viele zahnbezogene Probleme. Bei diesen Kindern erkranken Milch- und bleibende Zähne frühzeitig an Karies. Die Behandlung ist – je nachdem, wie alt die Patienten sind und welches Ausmaß die Erkrankung angenommen hat – mitunter sehr aufwändig und kostenintensiv. Nicht selten können die erkrankten Zähne nicht mehr erhalten werden und fallen vorzeitig der Zange zum Opfer, was dann wiederum Entwicklungsstörungen im Gebiss nach sich ziehen kann.

Die gesundheitsbezogenen Anstrengungen müssen sich daher verstärkt auf diese Kinder orientieren, um auch ihnen die Chance für eine gute Mundgesundheit und damit verbundene Lebensqualität



und allgemeine Gesundheit zu ermöglichen. Eltern, Zahnärzte, Betreuerinnen in Kindertagesstätten und Lehrer sollten hier zusammenwirken.

Lesen Sie auf den folgenden Seiten mehr über die Gefahren für die Zahngesundheit der Kinder und darüber, wie man ihnen erfolgreich begegnen kann! ■



Patientenzeitung der Zahnärzte

in Brandenburg, Mecklenburg-Vorpommern, Sachsen, Sachsen-Anhalt und Thüringen

Die Gefahr aus Nuckelflaschen und Bonbontüten

Im Milchgebiss ist es vorwiegend die so genannte frühkindliche Karies, die Kinderzähne bereits im ersten Lebensjahr befallen kann. Wie jede andere Kariesform, wird auch sie durch die Plaque, einen zähen Belag auf den Zahnoberflächen, verursacht. Dieser Belag besteht im Wesentlichen aus Mikroorganismen, die aus zuckerhaltigen Nahrungsrückständen Säure bilden. Diese Säuren lösen den Zahnschmelz auf. Mikroorganismen dringen danach in den Zahn ein und zerstören die Zahnstruktur, so dass alsbald ein Loch im Zahn entsteht – die Karies.

Das kann man dadurch verhindern, dass Nahrungsreste und der zähe Zahnbelag regelmäßig entfernt werden. Das gelingt am

besten mit der Zahnbürste und einer fluoridhaltigen Zahnpaste. Das Zähneputzen sollte mindestens zweimal täglich nach dem Essen erfolgen. Der Fluoridgehalt stabilisiert den Zahnschmelz.

Vor allem aber sollen Zucker und zuckerhaltige Speisen und Getränke nicht zwischen den Hauptmahlzeiten verzehrt werden. Nach dem Genuss solcher Lebensmittel müssen die Zähne gründlich gereinigt werden.

Dies alles scheint leicht und verständlich, aber dennoch wird es nicht von jedermann ausreichend beachtet.

Bei Kleinkindern ist die Mutter meistens die intensivste Kontaktperson. Sie bestimmt daher gemeinsam mit dem Vater und weiteren Familienmitgliedern das Verhalten gegenüber ihrem Kind und ist prägend für sein Verständnis und Erlernen von dauerhaften Verhaltensnormen.

Das zweite und dritte Lebensjahr eines Kindes ist die „hohe Zeit der Rituale“, wie es die Psychologin Dr. Almuth Künkel ausdrückte. Kinder in diesem Alter beobachten ausdauernd und mit großem Interesse das Verhalten der Eltern und anderer Familienmitglieder und ahmen die Handlungen ihrer Bezugspersonen nach. Dies ist die Chance der Erwachsenen, den Kindern das vorzuleben, was sie für wichtig im Leben erachten. Ein verantwortungsvolles Verhalten, für- und miteinander in der Familie da zu sein, normgerechte soziale Beziehungen zu anderen Menschen in der Gesellschaft, täglich wiederkehrende Handlungen, die das Essen, die Hygiene, Regeln der allgemeinen Ordnung und Disziplin berühren, werden von den Kindern ebenso erkannt und nachgeahmt wie die Maßnahmen der Mundhygiene, wenn sie denn regelmäßig von den Erwachsenen vorgelebt werden.

Ihr Kind gesund zu ernähren, ist zweifelsfrei der Wunsch einer jeden Mutter. Sie ist, Umfragen zufolge, auch über die zahn-schädigende Wirkung von Süßigkeiten und zuckerhaltigen Getränken informiert. Im berechtigten Wunsch jedoch, das Kind von Stress-Situationen freizuhalten, es zu beruhigen oder zu belohnen, unterliegen allerdings nicht wenige Mütter und



Ein gesundes Milchgebiss ist eine wichtige Voraussetzung für die positive Entwicklung des Kindes



Schlimmes Beispiel für frühkindliche Karies; sie ist vermeidbar!



Plast-Nuckelflasche und schädliche Getränke



Schon Baby-Zähnechen mit Bürste und fluoridierter Zahncreme putzen!

Großmütter dem überaus verlockenden Angebot des Handels und dem Drängen des Kindes nach Süßigkeiten aller Art. Nach dem Motto „Ein bisschen wird schon nichts schaden!“ vergessen Eltern ihr Gesundheitswissen und ihre guten Vorsätze. Die Lust auf Süßes wird dadurch aber bei den Kindern geschärft, ihr Verlangen danach häuft sich, und Inkonsequenz bei Eltern und Erziehern führt schließlich dazu, dass Süßigkeiten unkontrolliert verzehrt werden. Und wenn dann noch das Zähneputzen vernachlässigt wird, führt das unweigerlich zur Karies.

Eine ähnliche Wirkung besitzen zuckerhaltige Tees und Fruchtsäfte, die den Kleinkindern, nicht selten auch noch den Vorschulkindern, mit der Babyflasche zur Beruhigung und zum Einschlafen gereicht werden. Die Warnhinweise auf den Produkten nimmt kaum jemand ernst. Bei den Säften meinen viele Mütter auch, dass sie die erforderlichen Vitamine, die das Kind für sein Gedeihen benötigt, enthalten und demzufolge auch nicht ungesund sein können. Die sehr komfortabel gestaltete Babyflasche aus unzerbrechlichem Material kann vom Kind selbst gehalten werden, und es trinkt daraus, so häufig es möchte. Das beglückende Gefühl der Mutter, dass es dem Kind dabei gut geht, verdrängt auch in diesem Fall ihr Wissen über die Karies auslösende Wirkung eines solchen Trinkverhaltens. ■

Keiner ist zu klein, ein Zähneputzer zu sein ...

Kindliche Ernährungsvorlieben entwickeln sich sehr frühzeitig und können durch ein gesundheitsförderndes Ernährungsverhalten in der Familie positiv beeinflusst werden. Dies gelingt beispielsweise durch den bewussten Konsum von zuckerhaltigen Produkten, indem Süßigkeiten selten und vorzugsweise zu den Hauptmahlzeiten verabreicht werden. Keineswegs verlangt Zahngesundheit den generellen Verzicht auf Süßes für Kinder und Erwachsene. Für gelegentliches Naschen zwischendurch bietet der Handel eine ganze Palette zahngesunder Produkte an, bei denen der für die Zähne schädliche Zucker durch Süßstoffe ausgetauscht wurde, die in der Plaque nicht zu Säuren abgebaut werden können und daher keine Karies entstehen lassen. Beachten sollte man jedoch, dass höchstens 40 Gramm von diesen Süßigkeiten pro Tag gegessen werden, da diese Süßstoffe eine abführende Wirkung besitzen.

Nach Durchbruch des ersten Zahnes, etwa im Alter von 6 Monaten, soll die Mutter mit dem Zähneputzen beim Kind beginnen. Ihr Zahnarzt kann eine geeignete Zahnbürste für das Kind empfehlen. Sie sollte einen kleinen, oval bis runden Bürstenkopf mit einem planen Borstenfeld, bestehend aus weichen, synthetischen Borsten, haben. Ein rutschfester Griff hilft den Eltern und später dem Kind, die Zahnbürste sicher zu führen.

Bis zum vollendeten zweiten Lebensjahr werden die Zähne einmal täglich mit einer fluoridhaltigen Kinderzahnpaste gereinigt, wobei die zu verwendende Pastenmenge etwa der Größe einer Erbse oder des kleinen Fingernagels des Kindes entsprechen soll. Im Handel sind auch Zahnbürsten erhältlich, deren Borstenfeld einige andersfarbige Borstenbüschel als Dosierhilfe für die Zahnpaste aufweisen. Nach dem zweiten Lebensjahr werden die Zähne zweimal täglich mit einer Kinderzahnpaste gereinigt.

Ab dem sechsten Lebensjahr sollte mit einer fluoridhaltigen Zahnpaste, die auch für die Erwachsenen empfohlen wird, geputzt werden. Zeigen Eltern, Geschwister und andere Bezugspersonen ein Zahnputzver-



Mundpflege soll so früh wie möglich selbstverständlich im normalen Tagesablauf des Kindes sein

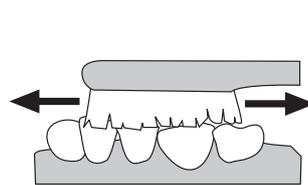
halten, das in den Tagesablauf fest integriert ist und regelmäßig mit gleichem Aufwand und Ablauf betrieben wird, dann wird sich etwa ab dem zweiten Lebensjahr das Zähneputzen ohne große erzieherische Maßnahmen bei dem Kind zu einem Ritual entwickeln.

Die für Vorschul- und junge Schulkinder empfohlene Technik ist die so genannte Rotationstechnik. Man beginnt mit der Reinigung der Kauflächen auf dem am weitesten hinten stehenden Milchbackenzahn im rechten Oberkiefer. Dabei wird die Zahnbürste horizontal über die Kauflächen hin- und herbewegt, zunächst im

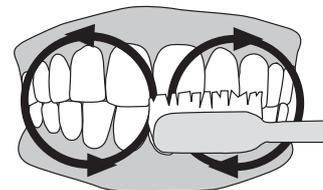
über den Frontzahnbereich bis hin zu den linken Backenzähnen geputzt.

Abschließend müssen die Innenflächen der Zähne, ebenfalls von rechts oben nach links oben und von rechts unten nach links unten, gereinigt werden. Dazu werden mit der Bürste halbkreisförmige Bewegungen an den Seitenzähnen und vertikale Bewegungen an den Frontzähnen ausgeführt.

Es ist für das Erlernen einer zweckentsprechenden Zahn- und Mundpflege wichtig, immer die gleiche Technik und Systematik zu praktizieren. Fragen Sie Ihren Zahnarzt, er wird Ihnen gern Informationen zum Zähneputzen geben.

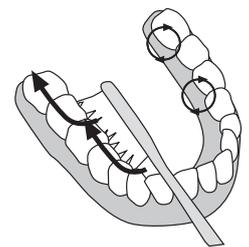


Kauflächen



Außenflächen

Unter- und Oberkiefer gleichzeitig oder einzeln bei geöffnetem Mund



Innenflächen

Oberkiefer von der rechten zur linken Seite, dann dreht man die Bürste nach unten und reinigt die Kauflächen der unteren Backenzähne in gleicher Reihenfolge und Technik. Als Nächstes werden die Außenflächen aller Zähne gereinigt. Dazu sollen die Kinder die Zähne aufeinander beißen, und mit kreisenden Bewegungen werden gleichzeitig die oberen und unteren Zähne, beginnend rechts im Backenzahnbereich

Das Zähneputzen muss aber auch Spaß machen. Rollenspiele mit dem geliebten Kuscheltier oder mit Familienmitgliedern unterstützen den Lernprozess und fördern die Lust auf das Zähneputzen und damit auf ein entsprechendes Verhalten. Daneben sollte das schwierige Erlernen mit Lob und Anteilnahme durch Eltern und ältere Geschwister begleitet und der Erfolg durch Kontrolle bestätigt werden. ■

Spielend lernen bei der Gruppenprophylaxe im Kindergarten



In den Gruppenprophylaxe-Veranstaltungen lernen die Kinder gemeinsam, was für die Zahngesundheit wichtig ist: gesunde Ernährung, regelmäßiges Zähneputzen, Fluoride und regelmäßiger Zahnarztbesuch

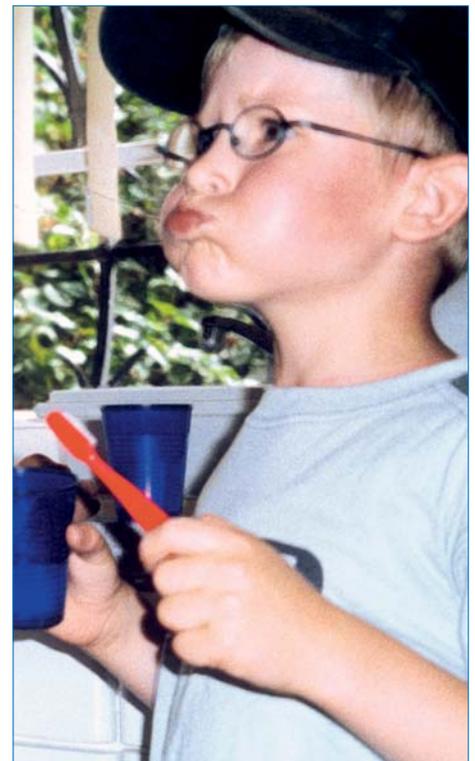
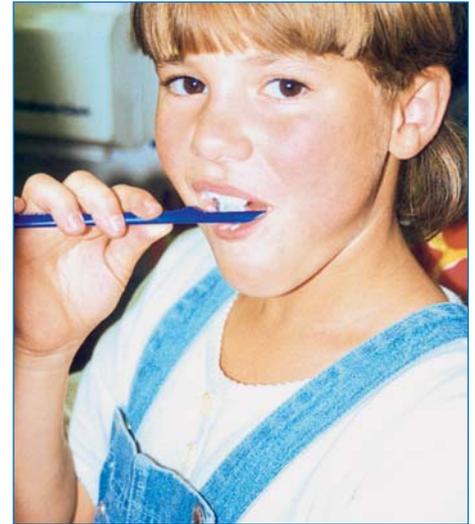
Mit zunehmendem Alter entwickelt sich beim Kind der Wunsch zum Wettstreiten mit Gleichaltrigen.

Das ist gewöhnlich mit seinem Eintritt in den Kindergarten verbunden. Neue soziale Kontakte und Tagesabläufe formen das kindliche Bewusstsein und finden in seinem Verhalten ihren Niederschlag. Zur Erhaltung der Zahngesundheit werden in den Kindergärten Präventionsprogramme im Rahmen der gesetzlich geregelten Gruppenprophylaxe durchgeführt.

Der Zahnarzt aus dem öffentlichen Gesundheitsdienst, ein Patenschaftszahnarzt aus eigener Niederlassung oder speziell ausgebildete Prophylaxehelferinnen kommen in die Kindergärten, informieren Eltern und Erzieherinnen über Prophylaxemaßnahmen und führen diese regelmäßig und spielerisch mit den Kindern durch. Bestandteil dieser Programme sind das tägliche Zähneputzen mit fluoridhaltiger Kinderzahnpaste und eine ausge-

wogene und zahnfreundliche Gemeinschaftsverpflegung, was im Wesentlichen von den Erzieherinnen im Kindergarten verantwortungsbewusst umgesetzt wird.

Vielfach laden die Patenschaftszahnärzte die Vorschulkinder in ihre Praxis ein, um die Kleinen kindgerecht an regelmäßige Vorbeugungsuntersuchungen und eventuelle Behandlungen durch den Zahnarzt ohne Angstgefühle zu gewöhnen. Die Eltern sollten sich regelmäßig nach der Durchführung dieser gruppenprophylaktischen Arbeit erkundigen und auch in der Familie das tägliche Zähneputzen und eine gesundheitsbewusste Ernährung nicht vernachlässigen. Dann kann das Kind zu denjenigen gehören, die bis zum Schulbeginn noch keinen kariösen Zahn haben und auch weiterhin über weite Phasen ihres Schulalters kariesfrei bleiben. Wer mit 18 noch immer naturgesunde Zähne hat, wird in den Klub der Kariesfreien aufgenommen. ■



Schwierige Jahre verständnisvoll meistern



Wer hätte gedacht, dass da so viel Zucker drin ist? „Versteckter“ Zucker in Getränken, Brotaufstrichen, Gewürzen macht den Zähnen mindestens ebenso zu schaffen wie offener in Bonbons und anderen Süßigkeiten.

Die kindliche Entwicklung zum Jugendlichen und späteren Erwachsenen verläuft nicht nur im Wachstum des Körpers und in der Herausbildung bestimmender Persönlichkeitsmerkmale. Damit verbunden ist oft eine Vielzahl von seelischen Verfassungen, die einem ständigen Wechsel unterliegen.

Das Kind entdeckt, dass es eine Persönlichkeit ist, und äußert dies einmal in der Erwartung von Zuwendung, aber andererseits auch in bestimmenden Verhaltensweisen.

Während im Vorschulalter die Kleinen noch relativ leicht durch wohlwollende Ratschläge Erwachsener zu beeinflussen sind, treten mit zunehmendem Alter schon häufiger Konfliktsituationen auf. Diese können sich auch in ungünstigen Situationen nachteilig auf das Gesundheitsverhalten auswirken. Der oder die Heranwachsende entwickelt sich immer stärker zu einer Persönlichkeit mit eigenem Willen und eigener Entscheidungskraft. Ein bis dahin erworbenes Normverhalten wird plötzlich in Frage gestellt oder völlig ignoriert. Neue Leitbilder und Verhaltensformen gewinnen an Bedeutung, die Gefahr einer „Entgleisung“ ist nicht unerheblich.

Vernachlässigung der Zahn- und Mundhygiene, ungezügelter Zucker-Konsum, ein auf Cola und Fruchtsäfte ausgerichteter Trinkverhalten sind dabei Faktoren, die der Mundgesundheit massiv schaden können. Unter bestimmten Umständen kann dies aber immer noch das kleinere Übel und leichter rückführbar sein als andere Verhaltensweisen wie Alkohol-, Tabak- oder Drogenkonsum. In dieser schwierigen Entwicklungsphase, meistens im Pubertätsalter, kommt es für die Eltern und Lehrer vor allem darauf an, den Kontakt zum Jugendlichen nicht zu verlieren. Nicht das dogmatische Einfordern ursprünglicher Verhaltensnormen, sondern das einfühlsame Gespräch mit dem Jugendlichen und ein rücksichtsvolles Verständnis seitens der Erwachsenen für bestimmte Krisensituationen ermöglichen in den meisten Fällen, dass der jugendliche Lösungswege zur Bewältigung solcher Situationen findet und zu normgerechten Verhaltensweisen zurückkehren wird.

Allerdings spielt wohl hier auch die Vorbildwirkung der Erziehungsberechtigten bzw. des Umfeldes eine Rolle. Wenn in diesem Umfeld die eigene Vorsorge vor Schäden im Zahn- und Mundbereich



Ein naturgesundes Gebiss: keine Seltenheit mehr bei Zwölfjährigen

überzeugt angewendet wird, wird die Mundhygiene ohne Zweifel ein täglicher Ritus wie Essen und Trinken.

Eine vorübergehende Vernachlässigung von Maßnahmen, die die Zahngesundheit fördern, kann durch die Teilnahme an gruppenprophylaktischen Aktivitäten in der Schule in gewissem Maße ausgeglichen werden.

In den Schulen wird die Gruppenprophylaxe bis zum 12. Lebensjahr durchgeführt. Kinder mit einem erhöhten Kariesrisiko erhalten zusätzliche Informationen und professionelle Fluoridapplikationen, die das Kariesrisiko minimieren helfen. In den Fällen, in denen der Anteil Kinder mit einem erhöhten Kariesrisiko überdurchschnittlich hoch ist, wird die Gruppenprophylaxe intensiviert und bis zum 16. Lebensjahr ausgedehnt.

Die Gruppenprophylaxe betrifft alle schulpflichtigen Kinder und ist per Gesetz Pflicht.

Ein weiteres Gesetz betrifft die Individualprophylaxe vom 6. bis einschließlich dem 18. Lebensjahr. Dieses Gesetz ermöglicht es, in Zusammenarbeit mit den Krankenkassen, Kindern und Jugendlichen eine kostenlose und sehr intensive Vorsorge von Schäden an den Zähnen innerhalb einer Zahnarztpraxis eigener Wahl zukommen zu lassen.

Alle beschriebenen und möglichen Vorsorgemaßnahmen in den Kindereinrichtungen und den Schulen sowie regelmäßige Zahnarztbesuche, verbunden mit einer täglichen guten Mundhygiene, bieten eine nach dem aktuellen Wissenstand ausgerichtete vorbeugende Betreuung. Wird diese in Anspruch genommen, dann besteht die reale Chance für eine akzeptable Mundgesundheit für alle Kinder und Jugendlichen mit einer Langzeitwirkung in höherem Lebensalter. ■

Zahnsparngen sind COOL!

Zahnsparngen sind bei den Kindern und Jugendlichen auf wundersame Weise in Mode gekommen. Was einst als lästig und verräterisch galt, wird heutzutage stolz getragen; Brackets in peppigen Farben oder dezent durchscheinend sind „cool“.

Die Kinder zu einer positiven Einstellung gegenüber notwendigen Korrekturen von Zahnfehlstellungen zu motivieren, ist folglich nicht allzu schwer; sie zum „Durchhalten“ und zu der gerade in dieser Zeit unabdingbaren peniblen Mundhygiene zu bewegen, braucht anschließend sicher noch genug Energie.

Die Frage, ob es nötig ist, das Kind einem Kieferorthopäden vorzustellen, kann in vielen Fällen nur der Zahnarzt rechtzeitig beantworten. Auch deshalb sollte man bereits das Kleinkind regelmäßig in der Zahnarztpraxis vorstellen. Denn es sind nicht nur stark vorstehende Zähne (meist eine Folge von zu langem und exzessivem Nuckeln in der Kleinkindzeit), die auch dem Laien auffallen und eine kieferorthopädische Behandlung angeraten sein lassen.

Der erfahrene Zahnarzt erkennt bereits am Milchgebiss, ob sich im bleibenden Gebiss Probleme mit der Zahnstellung ergeben werden wie eine falsche Verzahnung, bei der der Zusammenbiss von Ober- und Unterkiefer komplett oder in einzelnen Kieferregionen nicht korrekt funktioniert, oder wie eine aus Platzmangel resultierende Störung in der Zahnreihe mit vor-, zurück- oder quergestellten Einzelzähnen (dies ist häufig die Folge von vorzeitigem Verlust von Milchzähnen, die dann ihre Platzhalterfunktion nicht für die bleibenden Zähne mehr erfüllen können).

Aber auch ein Missverhältnis zwischen Zahngröße und Kieferumfang wird der Zahnarzt viel eher entdecken als die Eltern, ganz zu schweigen von Nichtanlagen einzelner Zähne, die gar nicht so selten sind wie man vermuten sollte. Solche Fälle, in denen einzelne Zähne des bleibenden Gebisses nicht gebildet werden, können problematisch werden, aber der Kieferorthopäde kann korrigierend eingreifen, gegebenenfalls auch gemeinsam mit dem Kieferchirurgen und dem Zahnarzt.



Fest aufgeklebte Zahnsparngen, so genannte Brackets, sind bei den Jugendlichen akzeptiert. Es gibt sie nicht nur technisch metallfarben, sondern auch peppig bunt und dezent durchscheinend.

Die gesetzlichen Krankenkassen erstatten seit einiger Zeit nur noch die Behandlung von schwerwiegenden kieferorthopädischen Befunden bei Kindern. Für die Beseitigung leichterer Zahnfehlstellungen müssen die Eltern komplett in die eigene Geldbörse greifen. Man darf aber den gewährten oder abgelehnten Zuschuss der Krankenkasse nicht als Maßstab für Sinn oder Unsinn der Behandlung ansetzen oder gar Fehlstellungen nur als ästhetisches Problem betrachten. Jede Zahnfehl-

stellung schafft zusätzliche Nischen, in denen sich Zahnbeläge ansammeln können, weil sie mit der Zahnbürste schwer oder gar nicht erreichbar sind, und in diesen Nischen tummeln sich dann Bakterien, die Karies auslösen und Zahnfleischentzündungen hervorrufen können. Kieferorthopädische Korrekturen sind, so gesehen, in jedem Falle auch wichtige und wirksame Maßnahmen der Prophylaxe für ein lebenslang gesundes Gebiss: eine „Investition“, die sich auszahlt. ■

Keine Kassengebühr für Kinder und für Prophylaxe

Besorgt haben die deutschen Zahnärzte die Entwicklung in ihren Praxen seit der Einführung der Krankenkassengebühr in Höhe von 10 Euro pro Quartal beobachtet. Denn es kommen seitdem etwa zehn Prozent weniger Patienten als zuvor. Besonders bedenklich ist, dass auch die halbjährlichen Kontrolluntersuchungen weniger wahrgenommen werden, obgleich dafür gar keine Gebühr anfällt, und Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren sind ohnehin von ihr befreit.

Die Zahnärzte fürchten, dass auf diese Weise die Erfolge in der zahnmedizinischen Prophylaxe zunichte gemacht werden; denn wer längere Zeit nicht zum Zahnarzt geht, muss unweigerlich mit größeren Schäden rechnen, je später sie entdeckt werden.

Frisches Obst gegen Zahnfleischentzündung

Menschen, die viel frisches Obst essen, leiden seltener unter Zahnfleischentzündungen als solche, die nur gelegentlich Obst und Gemüse auf ihren Speiseplan setzen. Das hat eine Arbeitsgruppe der Universität Jena kürzlich genauer untersucht. Die Wissenschaftler verglichen den Obstverzehr und die Aufnahme von Vitamin C bei Patienten mit Zahnfleischentzündungen mit den Daten von Gesunden. Dabei stellte sich heraus, dass die gesunden Patienten täglich wesentlich mehr frisches Obst und Gemüse essen und damit mehr Vitamin C aufnehmen.

Überrascht waren die Wissenschaftler, als sie das Blut der an Parodontitis erkrankten Patienten untersuchten und darin einen Vitamin-C-Spiegel feststellten, der noch unter dem Wert lag, den sie eigentlich entsprechend den Verzehrdaten hätten erreichen müssen. Die Forscher schlussfolgern daraus, dass der Organismus aufgrund der anhaltenden Entzündung mehr Vitamin C verbraucht als gewöhnlich.

Herzpatient muss Zähne besonders gut pflegen

Patienten, die sich wegen Herz-Kreislauf-Erkrankungen in ärztlicher Behandlung befinden, sollten ihren Zähnen eine besonders gute Pflege angedeihen lassen.

Eine Studie, die auf dem Kongress der Europäischen Organisation für Kariesforschung vorgestellt wurde, offenbarte nämlich, dass Herz-Patienten öfter von Karies betroffen sind und öfter zur Zahnbehandlung gehen müssen als andere.

Man nimmt an, dass das erhöhte Kariesrisiko auf eine verminderte Speichelbildung zurückzuführen ist. Hierfür wiederum können die Medikamente verantwortlich sein, die als Nebenwirkung den Speichelfluss einschränken. Je weniger Speichel vorhanden ist, desto schlechter kann er seine natürliche Schutzfunktion für die Zähne erfüllen. Übrigens ist Kaugummi kauen ein wirksames Mittel, den Speichelfluss anzuregen.

„Flüssiger Zahnschmelz“ für empfindliche Zähne

An empfindlichen Zähnen leidet nach Schätzung von Experten etwa jeder vierte Zahnarztpatient in Deutschland. Schuld daran können angegriffener Zahnschmelz (durch zu säurehaltige Ernährung, durch falsches Zähneputzen oder auch durch die in Mode kommenden Bleichverfahren für die Zähne) oder freiliegende Zahnhälse sein.

Abhilfe schaffen soll jetzt eine neuartige Creme, die einen vom Kasein abgeleiteten Wirkstoff enthält, der ein ideales Transportmittel für Kalzium und Phosphat ist. Auf die Zahnoberflächen aufgetragen, sorgt sie dafür, dass bioverfügbares Kalziumphosphat die Mineraliendepots des Zahnschmelzes wieder auffüllt. So entsteht ein natürlicher Schutz für die Zähne. Zugleich wird durch die Creme der Speichelfluss angeregt und damit eine zusätzliche „Waffe“ gegen Kariesbakterien aktiviert.

Auch nach Erkältung Zahnbürste wechseln

Spätestens alle drei Monate sollte man auch bei sorgfältigstem hygienischen Umgang die Zahnbürste gegen eine neue tauschen. Wer allerdings eine schlimme Erkältung, gar eine Grippe oder beispielsweise auch einen Herpes überstanden hat, sollte sofort zu einer neuen Zahnbürste greifen. Untersuchungen haben nämlich gezeigt, dass sich die Erreger solcher Krankheiten noch geraume Zeit auf dem Putzwerkzeug halten und eine erneute Krankheit provozieren können. ■

Impressum

ZahnRat 48

Herausgeber

Landes Zahnärztekammer Brandenburg
Landes Zahnärztekammer Mecklenburg-Vorpommern
Landes Zahnärztekammer Sachsen
Landes Zahnärztekammer Sachsen-Anhalt
Landes Zahnärztekammer Thüringen

Oktober/2005

Verlag

Satztechnik Meißen GmbH
Am Sand 1c, 01665 Nieschütz bei Meißen
Telefon (0 35 25) 7 18 60, Telefax 71 86 12
E-Mail: satztechnik.meissen@t-online.de

Verantwortlich für den Inhalt

Prof. Dr. Annerose Borutta
Dr. med. dent. Gottfried Wolf

Redaktion

Prof. Dr. Annerose Borutta
Dr. med. dent. Gottfried Wolf
Sabine Fiedler

Abbildungen:

ZahnRat-Archiv
Colgate, GABA Deutschland, LAGJ Thüringen,
Prof. Dr. Annerose Borutta, J. Burkatant, Dr. M. Seyffarth

Gesamtherstellung, Druck und Versand

Satztechnik Meißen GmbH
Am Sand 1c, 01665 Nieschütz bei Meißen
Die Patientenzeitschrift und alle in ihr enthaltenen einzelnen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt.

© Copyright by Landes Zahnärztekammer Sachsen

ISSN 1435-2508

Nachbestellungen der Patientenzeitschrift sind über den Verlag möglich.

Telefon (03525) 71 86 26, Telefax (03525) 71 86 10

E-mail: Satztechnik.Fiedler@t-online.de

Patientenberatungsstellen

Landes Zahnärztekammer Brandenburg

Parzellenstraße 94, 03046 Cottbus
Telefon: (03 55) 38 14 80
Internet: www.lzkb.de



Landes Zahnärztekammer Sachsen

Schützenhöhe 11, 01099 Dresden
Telefon: (03 51) 80 66-2 57/-2 56
Internet: www.zahnaerzte-in-sachsen.de



Landes Zahnärztekammer Thüringen

Barbarosahof 16, 99092 Erfurt
Telefon: (03 61) 74 32-0
Internet: www.lzktth.de



Zahnärztekammer Mecklenburg-Vorpommern

Wismarsche Str. 304, 19055 Schwerin
Telefon: (03 85) 59 10 80
Internet: www.zaekmv.de



Zahnärztekammer Sachsen-Anhalt

Große Diesdorfer Straße 162,
39110 Magdeburg
Telefon: (03 91) 73 93 90
Internet: www.zahnaerzte-sah.de



Rettet entzündetes Zahnfleisch.



AJONA[®]

Das medizinische Zahncremekonzentrat AJONA ist seit Jahrzehnten bewährt zur Komplettpflege von Zahnfleisch und Zähnen. Es schützt vor Zahnfleischproblemen und lindert durch natürliche Wirkstoffe bereits bestehende Entzündungen. AJONA: Probieren Sie jetzt.

Dr. Liebe Nachf. – Leinfelden-Echterdingen

www.ajona.de · service@ajona.de



... eine linsengroße Menge genügt.