



Kassenzahnärztliche
Vereinigung Hessen



Zahnärztliches Kinder-Untersuchungsheft

von

Name

Vorname

Geburtstag



**Für Ihr Kind sind
Vorsorgeuntersuchungen
kostenfrei!**

Kassenzahnärztliche Vereinigung Hessen
Landes Zahnärztekammer Hessen

Körperschaften des öffentlichen Rechts

Ab dem ersten Zahn 2x jährlich zum Zahnarzt Für Ihr Kind ist das kostenfrei!

From the first tooth
visit your dentist twice a year.
Free for your child!

اعتباراً من ظهور السن الأولى
يجب زيارة طبيب الأسنان مرتين في السنة
الفحص مجاني بالنسبة لطفلكم!

Që nga dhëmbi i parë dy herë në vit tek dentisti
Për fëmijën tuaj kjo është falas!

Od pierwszego zęba 2x w roku do dentysty
Dla Twego dziecka - bezpłatnie!

Depois do primeiro dente visitar o dentista 2x por ano
Para o seu filho é gratuito!

첫니가 날 때부터 매년 두 번씩 치과에서 정기검진을 받으세요.
어린이 정기검진은 무료입니다!

**İlk diş çıktıktan sonra yılda 2 x diş doktoruna
Çocuğunuz için ücretsiz!**

A partir del primer diente, ir 2 veces al año al dentista.
¡Para su hijo es gratuito!

پس از برون آمدن نخستین دندان
سالی دوبار به دندان پزشکی مراجعه کنید!
برای بچه شما این مراجعه رایگان است.

**Od prvog zubića 2 x godišnje kod zubara
To je za Vaše dete besplatno!**

Από το πρώτο δόντι 2 φορές το χρόνο στον οδοντίατρο
Για το παιδί σας δωρεάν!

Dal primo dentino 2 volte all'anno dal dentista
Per il Suo bambino la visita è gratuita!

Dès la première dent, deux fois par an chez le dentiste
Pour votre enfant, la visite est gratuite !

**Od prvoga zubića 2 x godišnje kod zubara
Za Vaše dijete to je besplatno!**

从孩子长出第一颗牙齿开始，每年两次牙科医生检查，全部免费！

2 раза в год необходимо провериться у зубного врача, начиная с первого зуба
Эта услуга для Вашего ребенка бесплатна!

www.jugendzahnpflege.hzn.de



Gesunde Zähne sind wunderschön!

Liebe Eltern,

Kinder mit gesunden Zähnen haben gut lachen. Gesunde Zähne strahlen Natürlichkeit, Schönheit, Fitness und Stärke aus. Die Milchzähne Ihres Kindes sind von ganz besonderer Bedeutung für seine Gesundheit und die beste Investition in die Zukunft. Denn Kinder mit gesunden Milchzähnen werden auch später gesunde bleibende Zähne haben – sehr oft!

Inhalt dieses Heftes

1. Dokumentation der zahnärztlichen Betreuung

Seite 6

Die Untersuchungsergebnisse der Vorsorgeuntersuchungen werden von Ihrem Zahnarzt eingetragen. Zudem finden Sie hier entsprechend dem Alter Ihres Kindes Informationen, die die Zahngesundheit Ihres Kindes erhalten.

2. Antworten auf Ihre Fragen an den Zahnarzt

Seite 25

Was Sie für die Zahngesundheit Ihres Kindes vom Säuglingsalter an tun können, ist hier in kurzer Form an Hand häufig gestellter Fragen beantwortet.

Überreicht durch:

--

--

--

--



Termine der zahnärztlichen Vorsorgeuntersuchungen (UZs)

Kommen Sie mit Ihrem Kind zur		Datum
UZA	Beginn Schwangerschaft	
UZB	Ende Schwangerschaft	
UZ a	mit 6 - 9 Monaten	
UZ 1a	mit 1 Jahr	
UZ 1b	mit 1 ½ Jahren	
UZ 2a	mit 2 Jahren	Früherkennungs- Untersuchung 3 x FU im Mindestabstand von 12 Monaten ¹
UZ 2b	mit 2 ½ Jahren	
UZ 3a	mit 3 Jahren	
UZ 3b	mit 3 ½ Jahren	
UZ 4a	mit 4 Jahren	
UZ 4b	mit 4 ½ Jahren	
UZ 5a	mit 5 Jahren	
UZ 5b	mit 5 ½ Jahren	
UZ 6a	mit 6 Jahren	
UZ 6b	mit 6 ½ Jahren	
UZ 7a	mit 7 Jahren	
UZ 7b	mit 7 ½ Jahren	
UZ 8a	mit 8 Jahren	Individual- prophylaxe 2 x IP pro Jahr ²
UZ 8b	mit 8 ½ Jahren	
UZ 9a	mit 9 Jahren	
UZ 9b	mit 9 ½ Jahren	
UZ 10a	mit 10 Jahren	
UZ 10b	mit 10 ½ Jahren	
UZ 11a	mit 11 Jahren	
UZ 11b	mit 11 ½ Jahren	
UZ 12a	mit 12 Jahren	

¹ Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen die Kosten für zahnärztliche Früherkennungsuntersuchungen zwischen dem 30. und 72. Lebensmonat des Kindes. Einige Krankenkassen übernehmen die Kosten bereits ab dem 6. Lebensmonat; zum Stichtag 01.01.2016 sind dies in Hessen die DAK, die Barmer GEK und die KKH.

² Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen die Kosten für bestimmte Maßnahmen der zahnärztlichen Individualprophylaxe für Versicherte, die das 6., aber noch nicht das 18. Lebensjahr vollendet haben.

Zur Erinnerung



Mein Milchzahnkalender

	Meine Milchzähne		links*	üblicherweise kommen diese im
Oberkiefer	Erster Schneidezahn			7. - 12. Monat
	Zweiter Schneidezahn			9. - 13. Monat
	Erster Backenzahn			13. - 19. Monat
	Eckzahn			16. - 22. Monat
	Zweiter Backenzahn			25. - 33. Monat
Unterkiefer	Erster Schneidezahn			6. - 10. Monat
	Zweiter Schneidezahn			7. - 16. Monat

Erster Backenzahn			12. - 18. Monat
Eckzahn			16. - 23. Monat
Zweiter Backenzahn			20. - 31. Monat

* vom Kind aus gesehen

Beratung der werdenden Mutter Beginn der Schwangerschaft

Zahnbefund der Mutter

- naturgesund/saniert
- Plaque/Gingivitis
- behandlungsbedürftig

Bemerkungen/durchgeführte Behandlung

Datum _____ Stempel

Liebe werdende Eltern,

in wenigen Monaten erwarten Sie Ihr Kind. Können Sie sich vorstellen, dass bereits in der 6. Schwangerschaftswoche die Bildung der Milchzähne beginnt und in der 20. Schwangerschaftswoche – Ihr Baby ist ungefähr 16 cm groß und 250 g schwer – die Reifung des Zahnschmelzes?

Wir wünschen Ihnen ein gesundes Kind mit gesunden Zähnen. Dafür können Sie bereits in der Schwangerschaft etwas tun. Ist der Mund der Eltern gepflegt, sind die Zähne gesund oder saniert (gefüllt, überkront), so ist das Risiko, dass Ihr Kind an Karies erkrankt, sehr gering.

In der Schwangerschaft reagiert Ihr Zahnfleisch auf Grund der Hormonumstellung besonders empfindlich, daher ist die Pflege des Zahnfleischrandes und der Zahnzwischenräume jetzt besonders wichtig. Ihr Zahnarzt-Team berät Sie individuell und unterstützt Ihre eigenen Bemühungen durch eine professionelle Zahnreinigung, d.h. es entfernt mit Spezialinstrumenten und moderner Technik den Zahnbelag auch dort, wo Sie selbst nicht hinkommen. Zusätzlich werden Zähne poliert und mit Fluoriden gehärtet. Achtung: In Studien wurde festgestellt, dass das Risiko einer Frühoder Fehlgeburt bei einer Schwangeren mit entzündetem Zahnfleisch siebenmal größer ist als bei einer Schwangeren mit einem gesunden Zahnfleisch.

Halten Sie bitte alle Vorsorgetermine bei Ihrem Frauenarzt ein, dort erhalten Sie auch Hinweise auf die Angebote der Hebammen rund um die Geburt (www.hebammenhessen.de).

Beratung der werdenden Mutter Ende der Schwangerschaft

Zahnbefund der Mutter

- naturgesund/saniert
- Plaque/Gingivitis
- behandlungsbedürftig

Bemerkungen/durchgeführte Behandlung

Datum _____ Stempel _____



Liebe werdende Eltern,
in wenigen Wochen ist es so weit: Ihr Baby kommt zur Welt. Haben Sie mit Ihrer Hebamme,

Ihrem Frauenarzt oder Ihrem Kinderarzt über das Stillen gesprochen? Dann wissen Sie: Muttermilch ist die beste Nahrung für Ihr Baby. Stillen ist auch die beste Vorsorge gegen Zahn- und Kieferfehlstellungen und erspart Ihnen und Ihrem Kind wahrscheinlich eine zeit- und kostenintensive kieferorthopädische Behandlung. Falls Sie nicht stillen, verwenden Sie am besten Glasflaschen mit einem Weithalssauger. Erweitern Sie keinesfalls das Loch im Sauger und nutzen Sie die Flasche nie als Einschlafhilfe (siehe auch Seiten 27 und 31).

Egal ob Sie Ihr Baby stillen oder mit der Flasche ernähren, Ihr Kind braucht nur bei großer Hitze oder Fieber zusätzlich Wasser zum Durstlöschen. Das Wasser geben Sie Ihrem Kind von einem Teelöffel oder aus einem kleinen Becherchen.

Sie benötigen dazu keine Babyflasche. Das ständige Nuckeln (Dauernuckeln) an einem Plastikfläschchen mit einer zuckerhaltigen Flüssigkeit insbesondere nachts führt in Kombination mit der fehlenden Zahnpflege durch die Eltern bereits in den ersten beiden Lebensjahren Ihres Kindes zur kariösen Zerstörung der Oberkieferfrontzähne und damit zu schlimmen Zahnschmerzen. Ihr Kind müsste dann wegen der frühen Milchzahnkaries (ECC = Early Childhood Caries) in Narkose behandelt werden.

Die Mundpflege ist ein Teil der Körperpflege Ihres Kindes von Anfang an. Schauen Sie neugierig in den Mund Ihres Kindes. Sie werden sehen, wie in den ersten sechs Lebenswochen aus der weichen Zahnleiste ein breiter und harter Kieferkamm wird. Die Wölbungen, die sie dann sehen, sind tatsächlich die Abdrücke der Milchzahnkronen! Streichen Sie mit Ihrem Finger über den noch zahnlosen Kieferkamm Ihres Babys und gewöhnen Sie es so an die Mundpflege (siehe Abbildung Seite 7: Kieferkamm-Massage und Seite 25).

Noch bevor Ihr Kind die ersten Zähne bekommt, lassen Sie es mit einer Zahnbürste spielen. Ab etwa dem vierten Monat ist Ihr Kind in der oralen Phase: Es steckt alles in seinen Mund und macht sich so mit der Welt vertraut. Da darf die Zahnbürste natürlich nicht fehlen! Sobald dann das erste Stückchen Zahn im Mund Ihres Kindes zu sehen ist, putzen Sie dieses mit einer kleinen, weichen Kinderzahnbürste und einem Hauch neutralschmeckender Kinderzahnpaste (maximal 500 ppm Fluorid) von allen Seiten sauber. Das dauert nur wenige Sekunden und ist doch notwendig, damit Ihr Kind in eine zahngesunde und chancenreiche Zukunft geht.

**Beratung der Eltern mit Ihrem Baby
im Alter von 6-9 Monaten**

UZa

	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5
	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5

Zahnbefund

I = Initialkaries
d = decayed (kariöser Zahn)

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> naturgesund/Initialkaries | <input type="checkbox"/> Schnuller/Daumen |
| <input type="checkbox"/> behandlungsbedürftig | <input type="checkbox"/> Gruppenprophylaxe betreut |
| <input type="checkbox"/> Plaque/Gingivitis | <input type="checkbox"/> erhöhtes Kariesrisiko bei dmft > 0 |

Fluoridanwendung _____
(nach individueller Fluoridanamnese)

Bemerkungen _____

Datum _____ Stempel

Liebe Eltern,

die ersten Zähne Ihres Kindes sind da! Sie sind gesund und schön! Jetzt geht es darum, sie gesund zu erhalten. Denn Kinder mit gesunden Milchzähnen bleiben bis zu 90% zahngesund und das ein Leben lang. Deshalb kommen Sie heute mit Ihrem Kind zum ersten Mal in die zahnärztliche Praxis.

Sie schauen unter Anleitung des Fachmannes in die Mundhöhle Ihres Kindes. Er zeigt Ihnen, wie ein entzündungsfreies Zahnfleisch aussieht, ob sich Zahnbelag auf den Zähnen befindet und wie Sie Ihrem Kind die ersten Zähne säubern können. Reinigen Sie alle Zähne von allen Seiten täglich, am besten morgens nach dem Frühstück und abends nach der letzten Mahlzeit mit einer weichen Kinderzahnbürste und einem Hauch Kinderzahnpaste (maximal 500 ppm Fluorid).

Bei der Umstellung vom Stillen bzw. industriell hergestellter Säuglingsmilch auf die Beikost (Breie ab dem 5. bis 7. Monat) stellt sich die Frage nach dem zusätzlichen Flüssigkeitsbedarf. Ab dem dritten Brei braucht Ihr Kind regelmäßig etwa 200 ml Leitungs- oder Mineralwasser (ohne Kohlensäure) am Tag. Geben Sie Ihrem Kind nur Mineralwasser/Wasser und ungesüßte Früchte-, Kräuter- und Rotbuschtees. Das sind echte Durstlöcher! Geben Sie Ihrem Kind keine süßen Flüssigkeiten wie z.B. gesüßte Tees, Schorlen, Säfte oder Milch aus einer Nuckelflasche (siehe Seite 30 und 31). Da Ihr Kind am Tag und vielleicht auch noch in der Nacht ein Schlückchen davon nimmt, stellen diese häufigen Zuckerimpulse ein hohes Kariesrisiko dar. Lassen Sie sich diesbezüglich von Ihrem Kinderarzt beraten.

Lassen Sie Ihr Kind aus der Tasse statt Flasche trinken. Ein klares Becherglas trainiert Ihr Kind auf Nasenatmung. Beides erfordert eine aufwendige logopädische Behandlung im Kindesalter. Grundvoraussetzung für eine gute Sprachentwicklung bei



Beratung der Eltern mit Ihrem Baby im Alter von 1 Jahr

UZ 1a

	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5				
	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5				

Zahnbefund

- I = Initialkaries
- d = decayed (kariöser Zahn)
- m = missed (wegen Karies gezogener Zahn)
- f = filled (gefüllter Zahn)

- naturgesund/Initialkaries
- behandlungsbedürftig
- Plaque/Gingivitis

- Schnuller/Daumen
- Gruppenprophylaxe betreut
- erhöhtes Kariesrisiko bei **dmft > 0**

Fluoridanwendung _____
(nach individueller Fluoridanamnese)

Bemerkungen _____

Datum _____ Stempel _____

Liebe Eltern,

heute kommen Sie zum zweiten Mal zur Vorsorge in die Zahnarztpraxis. Ihr Kind steckt altersgemäß seine Zahnbürste in den Mund und kaut genüsslich darauf herum. Lassen Sie das Kauen auf der Zahnbürste zu und kaufen Sie nicht ständig eine neue Zahnbürste. Sie brauchen jetzt 2 Zahnbürsten: eine zum Kauen für Ihr Kind (= Kinderzahnbürste) und eine funktionstüchtige Zahnbürste (= Elternzahnbürste), mit der Sie Ihrem Kind alle Zähne von allen Seiten sauber putzen. Wenn Ihr Kind Vitamin D und Fluorid als Kombipräparat bekommt, sollten Sie für die Mundpflege eine Zahnpasta ohne Fluorid verwenden und darauf achten, dass das Fluorid aus der Tablette lokal, d.h. von außen auf die Zähne einwirkt. Lösen Sie die Tablette deswegen in Wasser auf oder legen Sie sie in die Wangentasche Ihres Kindes. Bekommt Ihr Kind keine Tablette, können Sie eine



erbsengroße Menge Kinderzahnpasta mit maximal 500 ppm Fluorid pro Tag verwenden. Eltern putzen deswegen am besten morgens und abends mit einem Hauch Kinderzahnpasta. Geht Ihr Kind schon in die Krippe, kann es dort auch noch einen Hauch Kinderzahnpasta auf seine Zahnbürste bekommen.

Ihr Kind isst jetzt am Familientisch mit, es bekommt 3 Hauptmahlzeiten und 2 Zwischenmahlzeiten. Anstelle süßer Zwischenmahlzeiten (z.B. Kekse) geben Sie Ihrem Kind lieber eine Brotrinde, Käse-, Apfel-, Gurken- und Paprikastückchen. Kauen ist Fitnessstraining für die Muskeln. Kauen lernt Ihr Kind, indem es kaut; erst die weichen und dann die härteren Lebensmittel. „Kaufaule“ Kinder gibt es nicht, nur ungeübte. Beim Umstellen auf feste Nahrung wird bei Ihrem Kind das Saugbedürfnis gegenläufig abgebaut. Ohne Saugbedürfnis wird das Schnullern zu einer schlechten Angewohnheit! Geben Sie Ihrem Kind den Schnuller nur noch eingeschränkt, z.B. wenn es müde ist und einschlafen will, es krank ist oder einfach einen schlechten Tag hat.

**Beratung der Eltern mit Ihrem Baby
im Alter von 1 1/2 Jahren**

U7 1b

	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5				
	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5				

Zahnbefund

- I = Initialkaries
- d = decayed (kariöser Zahn)
- m = missed (wegen Karies gezogener Zahn)
- f = filled (gefüllter Zahn)

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> naturgesund | <input type="checkbox"/> Schnuller/Daumen |
| <input type="checkbox"/> saniert | <input type="checkbox"/> KFO-Beratung nötig |
| <input type="checkbox"/> behandlungsbedürftig | <input type="checkbox"/> Gruppenprophylaxe betreut |
| <input type="checkbox"/> Plaque/Gingivitis | <input type="checkbox"/> erhöhtes Kariesrisiko bei dmft > 0 |

Fluoridanwendung _____
(nach individueller Fluoridanamnese)

Bemerkungen _____

Datum _____ Stempel

Liebe Eltern,

bisher hat die Mundpflege gut geklappt, jetzt will Ihr Kind auf einmal alles selber machen. Es greift nach Ihrer Elternzahnbürste und will selber Zähne putzen. Tipp: Lassen Sie das Abgreifen zu und putzen Sie gleichzeitig mit einer zweiten Zahnbürste die Milchzähne Ihres Kindes sauber. Altersgemäß lernt Ihr Kind durch Nachahmung seiner primären Bezugspersonen. Ihr Kind will so sein, wie Sie! Machen Sie die eigene Zahnpflege deshalb Ihrem Kind sichtbar. Ihr Kind braucht Sie, ebenso Geschwister und zum Beispiel auch seine Erzieher/-innen, als gutes Vorbild.

Ihr Kind trinkt sicher aus einem offenen Becher – darauf dürfen Sie stolz sein! Im 2. Lebensjahr braucht es abhängig vom Körpergewicht, der Aktivität und der Temperatur täglich etwa 600 - 700 ml Wasser zum Trinken. Nehmen Sie für unterwegs eine kleine Wasserflasche mit Schraubverschluss mit, aus der Ihr Kind direkt trinkt oder eine Säuglingsflasche mit einer Verschlusskappe, die Sie als Becherchen verwenden. Ihr Kind soll sich satt trinken und dann eine Trinkpause bekommen. Es soll nicht ständig kleine Schlückchen aus einer Babyflasche oder einem geschlossenen Trinklernbecher mit einer Trinkhilfe/Schnabel oder einem Strohhalm nuckeln. Saft oder Schorle sind keine Getränke, sondern eine Portion Obst bzw. Gemüse. Ein kleines Glas Apfelsaft entspricht einer Portion Obst, denn eine Portion Obst ist von der Menge her das, was in das Händchen Ihres Kindes hineinpasst. Die deutsche Gesellschaft für Ernährung (www.dge.de) empfiehlt 5 Portionen Obst/Gemüse am Tag, von denen *nicht täglich* eine Portion durch Saft als kalorien- und säurehaltiges Konzentrat ersetzt werden soll. Auch Milch ist kein Getränk! Milch gehört zum Essen, denn Milch oder Kakao macht Ihr Kind auf Grund seines Nährwertes satt.

	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	
	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	

Zahnbefund

- I = Initialkaries
- d = decayed (kariöser Zahn)
- m = missed (wegen Karies gezogener Zahn)
- f = filled (gefüllter Zahn)

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> naturgesund | <input type="checkbox"/> Schnuller/Daumen |
| <input type="checkbox"/> saniert | <input type="checkbox"/> KFO-Beratung nötig |
| <input type="checkbox"/> behandlungsbedürftig | <input type="checkbox"/> Gruppenprophylaxe betreut |
| <input type="checkbox"/> Plaque/Gingivitis | <input type="checkbox"/> erhöhtes Kariesrisiko bei dmft > 0 |

Fluoridanwendung _____
(nach individueller Fluoridanamnese)

Bemerkungen _____

Datum _____ Stempel _____

Liebe Eltern,

Ihr Kind hat Spaß an seiner Zahnbürste. Geben Sie Ihrem Kind morgens nach dem Frühstück und abends nach dem Abendessen seine Zahnbürste, auch wenn Ihr Kind „nur“ auf der Zahnbürste kaut. Es entwickelt in diesem Spiel Freude an seiner Zahnbürste für das ganze Leben (siehe Seite 32).

Ihr Kind versucht auch, die ersten gezielten Hin- und Herbewegungen auf den Kau flächen zu machen. Falls Ihr Kind in eine Krippe geht oder von einer Tagesmutter betreut wird, sorgen Sie dafür, dass es auch dort KAI^{plus} üben darf. Für die Plaquebeseitigung, und damit für die Gesunderhaltung der Zähne und des Zahnfleisches, sorgen Sie als Eltern. Nutzen Sie dafür den 4. Vers des Zahnputz-Zauberliedes „Jetzt ist meine Mama/mein Papa dran, fängt bei mir zu putzen an ...“. Singen entspannt und bringt noch mehr Freude beim Zähneputzen. Was Sie auch noch tun können, wenn Ihr Kind aufs Zähneputzen mal keine Lust hat, lesen Sie auf Seite 32.



Zwischenmahlzeiten sollten lecker und kauaktiv sein: Apfel, Karotte, Kohlrabi, Gurke, Tomate, Käse, Brot. Frisches Obst und rohes Gemüse sollten Sie immer in mundgerechte Stücke klein schneiden. Das Kauen regt den Speichelfluss an und Speichel gibt dem Zahn die Mineralien zurück, die er durch die Angriffe von Bakteriensäuren der Plaque und Nahrungssäuren verloren hat. Zwei Tipps: Das Auge Ihres Kindes isst mit. Ein Schirmchen, ein Spießchen, ein ausgestochenes Brotherz machen Appetit.

Und lassen Sie Ihr Kind mithelfen! Was es selbst gemacht hat, schmeckt noch besser. Sorgen Sie für den Zuckerfreien Vormittag (Seite 28 bis 30), dann dürfen Sie und Ihr Kind am Nachmittag naschen, mit Genuss und ohne schlechtes Gewissen!



Hier geht's zum Zahnputz-Zauberlied für die KAI^{plus} Systematik!



**Zahnärztliche Vorsorgeuntersuchung
Ihres Kindes im Alter von 2 1/2 Jahren**

UZ 2b

	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5
	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5

Zahnbefund

- I = Initialkaries
- d = decayed (kariöser Zahn)
- m = missed (wegen Karies gezogener Zahn)
- f = filled (gefüllter Zahn)

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> naturgesund | <input type="checkbox"/> Schnuller/Daumen |
| <input type="checkbox"/> saniert | <input type="checkbox"/> KFO-Beratung nötig |
| <input type="checkbox"/> behandlungsbedürftig | <input type="checkbox"/> Gruppenprophylaxe betreut |
| <input type="checkbox"/> Plaque/Gingivitis | <input type="checkbox"/> erhöhtes Kariesrisiko bei dmft > 0 |

Fluoridanwendung _____
(nach individueller Fluoridanamnese)

Bemerkungen _____

Datum _____ Stempel

Die Informationen zur UZ 2b finden Sie auf der Rückseite.
Liebe Eltern,

sollten Sie heute zum ersten Mal zur Vorsorge in eine Zahnarztpraxis kommen, bedenken Sie, dass die Zahnarztpraxis (Personen und Räume, Gerüche, Geräusche und Geräte) Ihrem Kind fremd ist. Deshalb stehen die Kontaktaufnahme und das Gewöhnen an die fremde Atmosphäre im Vordergrund. Lassen Sie Ihrem Kind Zeit!

Die Verweigerung einer Behandlung ist die altersgemäße und gesunde Reaktion Ihres Kindes. Spätestens mit 4 Jahren nimmt Ihr Kind spontan und vertrauensseelig Kontakt zu jedem freundlichen Erwachsenen auf. Haben Sie also Geduld, Ihr Kind soll eine positive Zahnarztbeziehung aufbauen.

Kommen Sie mit dem Zähneputzen bei Ihrem Kind zurecht? Fragen Sie Ihren Zahnarzt, ob die Zähne Ihres Kindes plaquefrei sind und das Zahnfleisch entzündungsfrei ist. Lassen Sie sich noch ein paar kleine Tricks von Ihrem Profi fürs Zähneputzen zeigen, damit Ihnen die Pflege der Zähne Ihres Kindes leicht fällt.

Jetzt sollten Sie den Schnuller Ihres Kindes entsorgen. Es braucht ihn nicht mehr. Fragen Sie Ihren Zahnarzt, ob Ihr Kind richtig zusammenbiss oder einen offenen Biss/lateralen Kreuzbiss entwickelt hat.

Erzählen Sie keine schrecklichen Zahnarztgeschichten, auch Oma, Opa, Tante und Geschwister sollten das unterlassen. Ihr Kind wird ein Leben lang gesunde Zähne haben und das, was Sie eventuell noch erleben mussten, möglicherweise nie erfahren. Angstmache ist daher unnötig!



Ihres Kindes im Alter von 3 Jahren

	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	
	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	

Zahnbefund

- I = Initialkaries
- d = decayed (kariöser Zahn)
- m = missed (wegen Karies gezogener Zahn)
- f = filled (gefüllter Zahn)

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> naturgesund | <input type="checkbox"/> Schnuller/Daumen |
| <input type="checkbox"/> saniert | <input type="checkbox"/> KFO-Beratung nötig |
| <input type="checkbox"/> behandlungsbedürftig | <input type="checkbox"/> Gruppenprophylaxe betreut |
| <input type="checkbox"/> Plaque/Gingivitis | <input type="checkbox"/> erhöhtes Kariesrisiko bei dmft > 0 |

Fluoridanwendung _____
 (nach individueller Fluoridanamnese)

Bemerkungen _____

Datum _____ Stempel

Liebe Eltern,

sicherlich besucht Ihr Kind jetzt eine hessische Kindertagesstätte. Dort lernt es die hessische Zahnputzhexe IRMA kennen und lieben. IRMA unterstützt Sie und Ihr Kind mit vielen tollen Materialien und Informationen. Besuchen Sie sie unter www.jugendzahnpflege.hzn.de und lesen Sie Ihrem Kind IRMAs Geschichte vor: „Irma hat so große Füße“, Sauerländer Verlag, ISBN 978- 3-7941-2773-3. Ihr Kind und Sie haben einen gesetzlichen Anspruch auf Gruppenprophylaxe (§ 21 Sozialgesetzbuch V in Verbindung mit § 11 unter Bezug auf § 10 Abs. 4 des Hessischen Gesetzes über den öffentlichen Gesundheitsdienst, HGöGD). Alle Kinder sollen die gleiche Chance auf Zahngesundheit bekommen.

Zahnärztliche Vorsorgeuntersuchung

In den hessischen Kindertagesstätten sollen alle Kinder den Zuckerfreien Vormittag erleben und die KAI^{plus} Systematik üben dürfen.

Fragen Sie Ihren Zahnarzt, ob Ihr Kind ein erhöhtes Kariesrisiko hat. Es braucht dann mehr Vorsorge und eine individuell abgestimmte Fluoridzufuhr. Sprechen Sie mit Ihrem Zahnarzt auch über die Möglichkeiten, gefährdete Zähne zu versiegeln.

Ihres Kindes im Alter von 3 1/2 Jahren

5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	
5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	

Zahnbefund

I = Initialkaries
 d = decayed
 m = missing
 g = gezeigt
 f = filled



- naturgesund
- saniert
- behandlungsbedürftig
- Plaque/Gingivitis

- Schnuller/Daumen
- KFO-Beratung nötig
- Gruppenprophylaxe betreut
- erhöhtes Kariesrisiko bei **dmft > 0**

Fluoridanwendung _____
 (nach individueller Fluoridanamnese)

Bemerkungen _____

Datum _____ Stempel _____

Liebe Eltern,

Ihr Kind ist jetzt etwa 3 1/2 Jahre alt. Die zahnärztlichen Vorsorgeuntersuchungen sind selbstverständlich, Ihr zahngesundes Kind kommt nicht nur ohne Angst, sondern gerne und mit Freude zum Zahnarzt.

Zahnärztliche Vorsorgeuntersuchung



Wird die Kindertagesstätte Ihres Kindes von einem Patenschaftszahnarzt betreut? Alle Kinder sollen schöne und gesunde Milchzähne haben. Dafür engagieren sich 21 regionale Arbeitskreise Jugendzahnpflege in Hessen, die gesetzlichen Krankenkassen, die zahnärztlichen Teams der Gesundheitsämter (Jugendzahnärzte) und die Zahnärzte in freier Praxis (Patenschaftszahnärzte). Auch Ihr Kind soll davon profitieren. Informieren Sie sich unter www.jugendzahnpflege.hzn.de oder rufen Sie an (siehe Seite 36).

Kann Ihr Kind schon Kreise malen? Dann kann es auch Kreise auf die Außenflächen der Zähne „malen“ („A“ der KAI^{plus} Systematik, siehe Seite 33). Zwei erbsengroße Mengen neutralschmeckender fluoridhaltiger Kinderzahnpaste (maximal 500 ppm Fluorid) können täglich zur Zahnpflege verwendet werden. Lassen Sie Ihr Kind ausspucken ohne mit Wasser nachzuspülen, auch wenn das Ausspucken nicht perfekt klappt.

Ihres Kindes im Alter von 4 Jahren

5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	
5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	

Zahnbefund

- I = Initialkaries
- d = decayed (kariöser Zahn)
- m = missed (wegen Karies gezogener Zahn)
- f = filled (gefüllter Zahn)

- naturgesund
- saniert
- behandlungsbedürftig
- Plaque/Gingivitis

- Schnuller/Daumen
- KFO-Beratung nötig
- Gruppenprophylaxe betreut
- erhöhtes Kariesrisiko bei **dmft > 2**

Fluoridanwendung _____
(nach individueller Fluoridanamnese)

Bemerkungen _____

Zahnärztliche Vorsorgeuntersuchung

Datum _____ Stempel _____

Liebe Eltern,

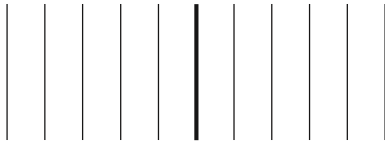
in der Kindergartenzeit sammelt das Kind spielerisch nicht nur viele neue Erfahrungen, sondern entwickelt und übt auch Verhalten für später ein. Allgemeine Körperhygiene und Zahnputzgewohnheiten werden in dieser Phase entscheidend geprägt. Trotz zunehmender Selbstständigkeit werden Sie mit geduldiger und liebevoller Führung das tägliche Zähneputzen unterstützen. Denn erst wenn Ihr Kind flüssig Schreibschrift schreiben kann (etwa am Ende der 2. Klasse), ist es rein handmotorisch in der Lage, seine Zähne selbst wirklich rundherum sauber (= ohne Zahnbelag) zu putzen. Karies, die bis zum 8. Lebensjahr entsteht, geht an erster Stelle auf das Fehlverhalten der Eltern zurück.

Sorgen Sie dafür, dass Ihr Kind in der Kindertagesstätte (gemäß dem DGE Standard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder, 2011) jederzeit die Möglichkeit hat, zu trinken. Was ser/Mineralwasser und Tee (ungesüßt) sollte zur freien Verfügung stehen. Limonaden, Nektare, Fruchtsaftgetränke, Eistees, Energy-Drinks und isotonische Sportlergetränke werden in Kindertageseinrichtungen nicht angeboten.

Fragen Sie Ihren Zahnarzt, ob die Zähne Ihres Kindes richtig stehen.



Zahnärztliche Vorsorgeuntersuchung



Ihres Kindes im Alter von 4 1/2 Jahren

5	4	3	2	1	1	2	3	4	5					
5	4	3	2	1	1	2	3	4	5					

Zahnbefund

- I = Initialkaries
- d = decayed (kariöser Zahn)
- m = missed (wegen Karies gezogener Zahn)
- f = filled (gefüllter Zahn)

- naturgesund
- saniert
- behandlungsbedürftig
- Plaque/Gingivitis

- Schnuller/Daumen
- KFO-Beratung nötig
- Gruppenprophylaxe betreut
- erhöhtes Kariesrisiko bei **dmft > 2**

Fluoridanwendung _____
(nach individueller Fluoridanamnese)

Bemerkungen _____

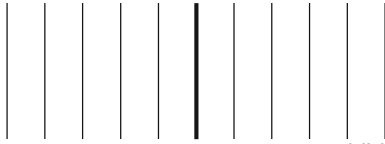
Datum _____ Stempel _____

Liebe Eltern,

das erste Frühstück zu Hause enthält meist zuckerhaltige Lebensmittel wie Marmelade, Honig, Cerealien, Kakao. Kein Problem, denn direkt nach dem Frühstück schrubbt Ihr Kind seine Kauflächen oben und unten. Das kann Ihr Kind alleine machen, denn jetzt geht es nicht um die Entfernung von Zahnbelag, sondern um die Beseitigung der Essensreste. Wenn Sie nach dem Abendessen die Zähne Ihres Kindes rundherum sauber geputzt haben und in der Nacht kein Zucker in den Kindermund kam, hat sich über Nacht keine Plaque auf den Zähnen Ihres Kindes



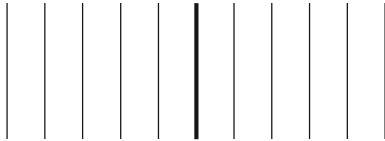
Zahnärztliche Vorsorgeuntersuchung



gebildet (siehe „5 Sterne für gesunde Zähne“, Seite 28 und 29).

Achten Sie einmal darauf, ob Ihr Kind beim Aussprechen bestimmter Laute wie „S“, „Z“ oder „Sch“ mit der Zunge anstößt. Ihr Zahnarzt kann Sie beraten, damit Ihr Kind – je nach Befund – zu einem Osteopathen/Logopäden oder Sprachheiltherapeuten überwiesen und die Störung rechtzeitig vor der Einschulung beseitigt werden kann.

Zahnärztliche Untersuchung



Ihres Kindes im Alter von 5 Jahren

5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	
5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	

Zahnbefund

- I = Initialkaries
- d = decayed (kariöser Zahn)
- m = missed (wegen Karies gezogener Zahn)
- f = filled (gefüllter Zahn)

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> naturgesund | <input type="checkbox"/> Daumen |
| <input type="checkbox"/> saniert | <input type="checkbox"/> KFO-Beratung nötig |
| <input type="checkbox"/> behandlungsbedürftig | <input type="checkbox"/> Gruppenprophylaxe betreut |
| <input type="checkbox"/> Plaque/Gingivitis | <input type="checkbox"/> erhöhtes Kariesrisiko bei dmft > 4 |

Fluoridanwendung _____
(nach individueller Fluoridanamnese)

Bemerkungen _____

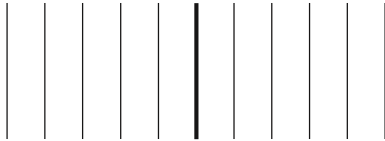
Datum _____ Stempel _____

Liebe Eltern,

durch neue Spielgefährten und Anregungen aus dem Kindergarten erweitert Ihr Kind seinen Spielkreis und Horizont, Ernährungsgewohnheiten – positive wie negative – werden in diesem Alter geprägt. Helfen Sie Ihrem Kind, den Zuckerfreien Vormittag einzuhalten, Naschereien nach den Hauptmahlzeiten zu genießen und am Nachmittag weniger häufig Zuckerhaltiges zu essen und zu trinken. Ihr Ziel sollte es sein, die Häufigkeit der Zuckerrangriffe auf die Zähne Ihres Kindes gering zu halten (siehe Seite 28).

Der verantwortungsvolle Umgang mit Süßigkeiten wird oft durch Nachbarn, Verwandte und Geschäftsleute erschwert. Sie schenken gern Süßigkeiten. Bleiben Sie beharrlich! Zur Belohnung von Kindern gibt es Alternativen: Luftballons, kleine Spiele, Malblätter, Puzzles, ein ehrliches Lob und vieles mehr.

Zahnärztliche Untersuchung



Für die tägliche Zahnpflege gilt:

- Zahnpflege zu Hause direkt nach dem Frühstück (ohne jede Wartezeit)
- Mit viel Vergnügen KA^{plus} üben in der Kindertagesstätte
- Zahnpflege nach dem Abendessen, danach nichts mehr essen und trinken außer

5	4	3	2	1	1	2	3	4	5
5	4	3	2	1	1	2	3	4	5

Wasser/Mineralwasser

- Sie, liebe Eltern, putzen abends alle Kinderzähne von allen Seiten sauber, bis Ihr Kind flüssig Schreibrschrift schreiben kann.

Ihres Kindes im Alter von 5 1/2

Jahren

I = Initialkaries d = decayed (kariöser Zahn) m = missed (wegen Karies gezogener Zahn) f = filled (gefüllter Zahn)

M = Missed (gezogener bleibender Zahn) F = Filled (gefüllter bleibender Zahn) D = Decayed (kariöser bleibender Zahn)

naturgesund

saniert

behandlungsbedürftig

Plaque/Gingivitis

Fluoridanwendung

(nach individueller Fluoridanamnese)

Bemerkungen

Zahnbefund

Datum

KFO-Beratung

nötig

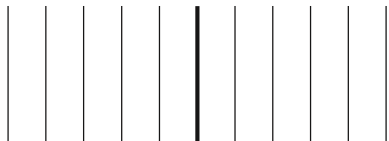
Gruppenprophylaxe betreut

erhöhtes Kariesrisiko bei **dmft > 4**

Datum _____ Stempel

Liebe Eltern,

Zahnärztliche Untersuchung



behalten Sie den halbjährlichen Zahnarztbesuch bei. Nutzen Sie für sich und Ihr Kind die Chance, den Zahnarzt als Partner und Helfer für gesunde Zähne zu erfahren. Ist Ihr Kind an Prophylaxemaßnahmen gewöhnt, ist Ihr Kind auch zugänglich, wenn trotzdem mal eine kleine Füllung oder eine andere Behandlung notwendig wird. Milchzähne sind weicher und empfindlicher wie bleibende Zähne. Sie brauchen mehr Vorsorge und Fürsorge.

Es hat keinen Sinn, ein völliges Zuckerverbot auszusprechen. Ein schlechtes Gewissen ändert nicht das Ernährungsverhalten. Verzichten Sie auf Verbote!

Bieten Sie lieber mundgerechte Alternativen: Obst- und Gemüsestücke zum Knabbern, Obstspieß, Gemüse-Dip, belegte Brote – das schmeckt Ihrem Kind und ist ganz nebenbei auch noch herrlich gesund. (Ideen und Anregungen unter www.jugendzahnpflege.hzn.de, CD „IRMA mag’s bunt“)

Wenn Sie Ihrem Kind statt zuckerhaltigen Getränken Wasser/Mineralwasser und/oder ungesüßten Tee geben, haben Sie durch diese echten Durstlöcher Ihr Kind vor ganz vielen Zuckerangriffen und unnötigen Kalorien bewahrt.

5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	
5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	

Ihr Kind beherrscht das Putzen der Kauflächen und der Außenflächen der Zähne, auch das korrekte Putzen der Innenflächen fällt ihm zunehmend leichter (KA^{plus} Systematik, siehe Seite 32 und 33), das abendliche Sauberputzen durch die Eltern bleibt die notwendige Routine, bis Ihr Kind flüssig

Schreibschrift schreiben kann.

Ihres Kindes im Alter von 6 Jahren

I = Initialkaries d = decayed (kariöser Zahn) m = missed (wegen Karies gezogener Zahn) f = filled (gefüllter Zahn)

M = Missed (gezogener bleibender Zahn) F = Filled (gefüllter bleibender Zahn) D = Decayed (kariöser bleibender Zahn)

naturgesund

saniert

behandlungsbedürftig

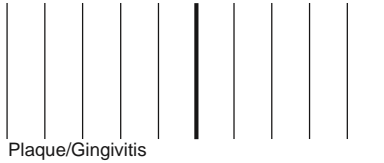
Dokumen

KFO-Beratung

Gruppenprophylaxe betreut

nötig

Zahnärztliche Untersuchung



Plaque/Gingivitis

erhöhtes Kariesrisiko bei $(dmft+DMFT) > 5$ od. $DT > 0$

Fluoridanwendung
(nach individueller Fluoridanamnese)

Bemerkungen _____

Datum _____ Stempel

Liebe Eltern,

Ihr Kind verlässt bald den Kindergarten und geht in die Schule. In diesem Alter erscheinen die ersten bleibenden Zähne: die ersten großen Backen zähne im Oberund Unterkiefer *hinter* den letzten Milchzähnen. Diese müssen von Ihnen „quer“ zur Zahnreihe geputzt werden. Lassen Sie sich diesen Trick von Ihrem Zahnarzt zeigen (siehe Seite 27).

Die Feinmotorik der Hände Ihres Kindes beginnt sich zu entwickeln. Daher kann Ihr Kind die Innenseiten der Zähne mit kleinen Aus wisch bewegungen (siehe Seite 33) putzen.

Kann Ihr Kind den Zahnpastaschaum sicher, d.h. vollständig ausspucken? Dann kann es jetzt eine Zahnpasta mit einem Fluoridgehalt von 1450 ppm Fluorid (siehe Verpackung) benutzen. Empfehlenswert für das Wechselgebiss sind neutral schmeckende Juniorzahnpasten, z.B. Elmex Junior.

In der Schule soll der Zuckergefreie Vormittag fortgeführt werden. Sprechen Sie das Thema am ersten Elternabend an. Die Broschüre „Der Zuckergefreie Vormittag im Schulalltag“ des Hessischen Kultusministeriums (HKM), welche in Zusammenarbeit mit der Landesarbeitsgemeinschaft Jugendzahnpflege (LAGH) entstanden ist, unterstützt Sie dabei.



Zahnärztliche Untersuchungen

Ihres Kindes von 6 1/2 bis 8 Jahren

Wir empfehlen Ihnen, nach der UZ 6a weiterhin mit Ihrem Kind zur Vorsorge zum Zahnarzt zu gehen. Ab dem 6. Lebensjahr bis zum 18. Lebensjahr können Sie und Ihr Kind die halbjährliche, gesetzlich geregelte Individualprophylaxe (IP gemäß § 22 SGBV) kostenfrei in Anspruch nehmen (u.a. Untersuchung, Zahnputztraining, Fissurenversiegelung).

UZ 6b (6 1/2 Jahre) am _____

7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7							
		5	4	3	2	1	1	2	3	4	5									
		5	4	3	2	1	1	2	3	4	5									
7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7							

UZ 7a (7 Jahre) am _____

7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7							
		5	4	3	2	1	1	2	3	4	5									
		5	4	3	2	1	1	2	3	4	5									
7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7							

UZ 7b (7 1/2 Jahre) am _____

7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7							
		5	4	3	2	1	1	2	3	4	5									
		5	4	3	2	1	1	2	3	4	5									
28	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7							

		5	4	3	2	1	1	2	3	4	5									
		5	4	3	2	1	1	2	3	4	5									
7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7							

UZ 8a (8 Jahre) am _____

erhöhtes Kariesrisiko bei (dmft+DMFT) > 5 od. DT > 0

Stempel

erhöhtes Kariesrisiko bei (dmft+DMFT) > 5 od. DT > 0

Stempel

erhöhtes Kariesrisiko bei (dmft+DMFT) > 5 od. DT > 0

Stempel

Zahnärztliche Untersuchungen

Stempel

7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7

erhöhtes Kariesrisiko bei (dmft+DMFT) > 7 od. DT > 2
Fissurenversiegelung).

UZ 8b (8 1/2 Jahre) am _____

7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7
		5	4	3	2	1	1	2	3	4	5		
		5	4	3	2	1	1	2	3	4	5		
7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7

UZ 9b (9 1/2 Jahre) am _____

7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7
		5	4	3	2	1	1	2	3	4	5		
		5	4	3	2	1	1	2	3	4	5		
7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7

UZ 10a (10 Jahre) am _____

erhöhtes Kariesrisiko bei (dmft+DMFT) > 7 od. DT > 2

Ihres Kindes von 8 1/2 bis 10 Jahren

Wir empfehlen Ihnen, nach der UZ 8a weiterhin mit Ihrem Kind zur Vorsorge zum Zahnarzt zu gehen. Ab dem 6. Lebensjahr bis zum 18. Lebensjahr können Sie und Ihr Kind die halbjährliche, gesetzlich geregelte Individualprophylaxe (IP gemäß § 22 SGBV) kostenfrei in Anspruch nehmen (u.a. Untersuchung, Zahnputztraining, > 2

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

UZ 9a (9 Jahre) am _____

7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7
		5	4	3	2	1	1	2	3	4	5		
		5	4	3	2	1	1	2	3	4	5		
7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7
		5	4	3	2	1	1	2	3	4	5		
		5	4	3	2	1	1	2	3	4	5		
7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7

Stempel

Stempel

Zahnärztliche Untersuchungen

UZ 10b bis

Ihres Kindes von 10 1/2 bis 12 Jahren

Wir empfehlen Ihnen, nach der UZ 10a weiterhin mit Ihrem Kind zur Vorsorge zum Zahnarzt zu gehen. Ab dem 6. Lebensjahr bis zum 18. Lebensjahr können Sie und Ihr Kind die halbjährliche, gesetzlich geregelte Individualprophylaxe (IP gemäß § 22 SGBV) kostenfrei in Anspruch nehmen (u.a. Untersuchung, Zahnputztraining,

erhöhtes Kariesrisiko bei (dmft+DMFT) > 7 od. DT > 2

nachschauen!

Fissurenversiegelung).

Stempel

erhöhtes Kariesrisiko bei (dmft+DMFT) > 7 od. DT > 2



UZ 10b (10 1/2 Jahre) am _____

7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7							
		5	4	3	2	1	1	2	3	4	5									
		5	4	3	2	1	1	2	3	4	5									
7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7							

UZ 11a (11 Jahre) am _____

7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7							
		5	4	3	2	1	1	2	3	4	5									
		5	4	3	2	1	1	2	3	4	5									
7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7							

Stempel

erhöhtes Kariesrisiko bei DMFS > 0 an Approximal- und Glattflächen

Lass deine Zähne zweimal im Jahr vom Zahnarzt

UZ 11b (11 1/2 Jahre) am _____

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7							
		5	4	3	2	1	1	2	3	4	5									
30		5	4	3	2	1	1	2	3	4	5									
7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7							

Stempel

Zahnärztliche Untersuchungen

7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7
		5	4	3	2	1							
		5	4	3	2	1	1	2	3	4	5		
7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7

erhöhtes Kariesrisiko bei **DMFS > 0** an **Approximal- und Glattflächen**



L
a
s
s

deine Zähne
zweimal im Jahr
vom Zahnarzt
nachschaun!

UZ 12a (12 Jahre) am _____

erhöhtes Kariesrisiko bei **DMFS > 0**
an **Approximal- und Glattflächen**

Stempel

erhöhtes Kariesrisiko bei **DMFS > 0**
an **Approximal- und Glattflächen**

Stempel

erhöhtes Kariesrisiko bei **DMFS > 0**
an **Approximal- und Glattflächen**

Stempel

7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7
		5	4	3	2	1	1	2	3	4	5		
		5	4	3	2	1	1	2	3	4	5		
7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7

Stempel

Antworten auf Ihre Fragen an den Zahnarzt

Wann beginne ich mit der Zahnpflege bei meinem Kind?

Die Mundpflege beginnt mit der Geburt Ihres Kindes!

Schauen Sie regelmäßig von Anfang an in den Mund Ihres Kindes, denn gerade in den ersten sechs Wochen ist es spannend im Kindermund: Aus einer weichen, verschieblichen Haut wird ein breiter und harter Kieferkamm. Die Wölbungen, die Sie sehen, sind tatsächlich die Abdrücke der Milchzahnkronen. Fühlen bzw. massieren Sie den Kieferkamm, damit Ihr Kind sich an die Pflege seines Mundes gewöhnt. Sie können den zahnlosen Kieferkamm Ihres Kindes mit Ihrem Zeigefinger, einem Fingerling oder einer weichen Kinderzahnbürste massieren oder verwenden Sie dazu eine Mullwindel.



Bevor der erste Zahn erscheint, sollten Sie Ihr Kind mit einer Zahnbürste spielen lassen. Etwa ab dem 4. Monat steckt Ihr Kind alles in den Mund. Wie es die Welt durch seinen Mund kennen lernt, macht es sich im Spiel mit der Zahnbürste vertraut.

Schon das erste Stückchen Milchzahn, meist erscheinen die unteren beiden Frontzähne als erste Zähne gleichzeitig, reinigen Sie morgens und abends von allen Seiten mit einer kleinen und weichen Zahnbürste und einem Hauch fluoridhaltiger Kinderzahnpaste (maximal 500 ppm Fluorid). Das dauert nur wenige Sekunden, ist aber notwendig zur Entfernung des kariesauslösenden Zahnbelags und zur Reduktion der Bakterien im Kindermund, damit die gesunden Milchzähne Ihres Kindes auch gesund bleiben.

Wie wichtig sind gesunde Milchzähne für mein Kind?

Gesunde Milchzähne sind die Grundlage für lebenslange Zahngesundheit. Kinder mit gesunden Milchzähnen bleiben bis zu 90 % zahngesund im ganzen Leben. Ihr Kind braucht die gesunden Zähne zum Abbeißen und zum Zerkleinern der Nahrung, zur Sprachbildung, sie haben Platzhalterfunktion für das bleibende Gebiss und erhöhen die Ausstrahlung und damit das Selbstbewusstsein Ihres Kindes. Gerade Kinder im Kindergartenalter werden oft wegen ihrer schwarzen Zähne rücksichtslos gehänselt und leiden sehr darunter. Zudem haben Kinder mit kranken Zähnen häufiger Infektionen (z.B. Grippe, Schnupfen, Husten), häufiger eine chronische Blutarmut sowie eine verminderte Produktion von Wachstumshormonen, sogar das Lernverhalten und die soziale Kompetenz können eingeschränkt sein.

Wodurch entsteht Karies?

In einem gesunden Mund finden sich etwa 700 verschiedene Arten von Mikroorganismen (Bakterien, Viren, Pilze u. ä.). 1 ml Speichel enthält 1 Million Bakterien. Diese brauchen wir alle, um mundgesund zu bleiben. Ursache für Karies und Zahnfleischentzündungen ist der bakterielle Zahnbelag (Plaque), in dem sich bestimmte Bakterien explosionsartig vermehren. 1 g Plaque enthält 40 Milliarden Bakterien!

Häufiger Zuckerkonsum fördert die Bildung der Plaque: Die kariesauslösenden Bakterien bauen aus Zucker – erstrangig aus der Saccharose, dem Haushaltszucker – die Grundsubstanz der Plaque auf. Erst wenn nach 24 - 48 Stunden die Plaque fertig strukturiert ist, nehmen die gleichen Bakterien den Zucker in sich auf und bauen ihn zur Säure ab, die dann die Zahnschmelz angreift, d.h. dem Zahn Mineralien entzieht (= ihn entkalkt). Die erste Entkalkung eines Zahnes findet *unter* der Schmelzoberfläche statt (= initiale Karies). Diese erste Stufe einer Karies ist als weißer Fleck (= White Spot) nach außen sichtbar.

Wichtig! Sehen Sie als Eltern weiße Flecken auf den Milchzähnen Ihres Kindes, sollten Sie sofort den Zahnarzt aufsuchen. Beseitigen Sie nämlich jetzt den Zahnbelag täglich vollständig von den Milchzähnen Ihres Kindes und unterstützt Ihr Zahnarzt die Wiederverkalkung durch Mineralien aus dem Speichel medikamentös, kann die beginnende Karies ausheilen, ohne dass ein Loch im Zahn entsteht. Wenn Sie den Zahnbelag nicht beseitigen, werden die Zähne immer weiter ausgehöhlt und irgendwann bricht die Oberfläche der Zähne ein. Jetzt muss der Zahn mit einer Füllung versorgt werden.

Eine initiale Karies kann entstehen, sobald das erste Stückchen eines Zahnes im Mund zu sehen ist. Deshalb müssen Sie, liebe Eltern, die Zähne Ihres Kindes von Anfang an sauber, sprich plaquefrei putzen.

Zahnpflege hat das Ziel, den Zahnbelag von Anfang an vollständig und schonend zu beseitigen.

Macht ein Loch in einem Milchzahn meinem Kind Zahnschmerzen?

Milchzähne haben wie bleibende Zähne eine Zahnkrone und eine Zahnwurzel. Milchzahnwurzeln werden jedoch durch die kommenden bleibenden Zähne aufgelöst, wodurch Milchzähne anfangen zu wackeln und zum Schluss nur die Milchzahnkronen ausfallen. Der schützende Zahnschmelz ist bei den Milchzähnen weicher und dünner. Das Zahnmark mit den Blutgefäßen und Nervenfasern ist dazu noch deutlich größer. Die Karies erreicht das Zahnmark des Milchzahnes also schneller und löst dort den Zahnschmerz aus. Ihr Kind kann Ihnen den Zahnschmerz auf Grund seines Alters, Ihr Kind ist ungefähr 1- 4 Jahre alt, nicht



mitteilen. Ihr Kind ist aber unruhig, will nicht spielen, nicht essen und nicht trinken, es wehrt sich gegen die Zahnbürste, es kann nicht ein- und durchschlafen. Das sind Hinweise auf Zahnschmerzen, die Sie richtig deuten sollten.

Wie viele Zähne hat das Milchgebiss?

Mit etwa 2 ½ Jahren ist das Milchgebiss Ihres Kindes komplett und besteht aus zehn Zähnen im Oberkiefer und zehn Zähnen im Unterkiefer. Von der Mitte aus von vorne nach hinten sind dies jeweils zwei Schneidezähne, ein Eckzahn und zwei Backenzähne. Die ersten Zähne erscheinen im Schnitt im Alter von 6-8 Monaten im Kindermund (siehe „Mein Milchzahnkalender“ Seite 5).

Warum fallen Milchzähne ohne Wurzeln aus?

Die Wurzeln der Milchzähne werden von Zellen aufgelöst, die der bleibende Zahn, wenn er sich nach oben schiebt, mitbringt.

Durch die kürzer werdenden Wurzeln fangen die Milchzähne an zu wackeln und fallen dann ohne Wurzeln aus. Nur die Zahnkrone wird von der „Zahnfee“ abgeholt.

Wann und wo erscheint bei meinem Kind der erste bleibende Zahn?

Zwischen dem 5. und 7. Lebensjahr erscheinen *hinter* den letzten Milchzähnen die ersten bleibenden Backenzähne, die sogenannten Schulzähne. In der Regel fallen erst danach die Frontzähne Ihres Kindes aus und werden durch bleibende Zähne ersetzt. Tipp: Mit dem üblichen Zähneputzen erreichen Sie die ersten bleibenden Backenzähne nicht, da sich diese hinter den Milchzähnen lange Zeit verstecken. Nehmen Sie die Zahnbürste quer zur Zahnreihe und putzen Sie jeweils hinter dem letzten Milchbackenzahn den neuen Schulzahn einzeln.



Muttermilch oder Säuglingsfertiernahrung?

Stillen Sie Ihren Säugling! In den ersten sechs Lebensmonaten ist Muttermilch das Beste für Ihr Kind. Aktuelle Forschungsergebnisse zeigen, dass das Geschmacksverhalten eines Kindes durch das Essverhalten der Mutter geprägt wird, denn die Muttermilch schmeckt als Filtrat aus dem Blut nach dem, was die Mutter gegessen hat. Ihr Kind lernt also die geschmackliche Vielfalt der Lebensmittel über die Muttermilch schon kennen und wird deshalb später schneller neue Lebensmittel annehmen. Man weiß heute, dass ein Kind achtmal ein Lebensmittel probiert haben muss, bevor es einen neuen Geschmack akzeptiert. Außerdem ist der durch die Laktose vorgegebene Eigengeschmack der Muttermilch sehr viel schwächer, als der von Säuglingsfertiernahrung. Der immer gleiche,

industriell vorgegebene, meist vanilleprägte Süßgeschmack von Fertigmilchpulver übertrifft den der Muttermilch um ein Mehrfaches.

Stillen beruhigt zudem durch den engen Körperkontakt Ihr Kind. Das Saugen an der Brust strengt Ihr Kind an, so dass es müde und zufrieden einschläft. Falls Sie nicht stillen können oder wollen, sollten Sie einen Weithalssauger verwenden und keinesfalls das Loch des Flaschensaugers erweitern.

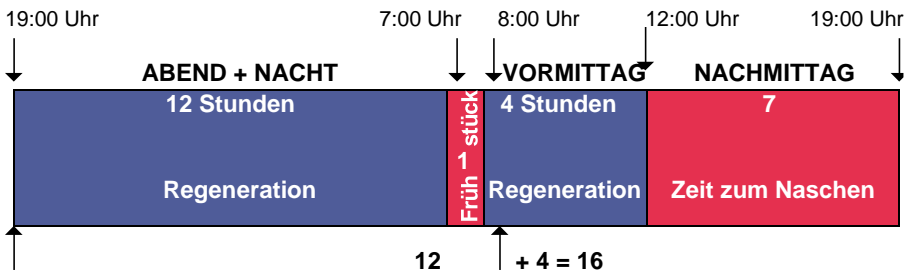
Naschen – verboten oder erlaubt?

Eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung ist gut für die Zähne und für den ganzen Körper, denn rohes Gemüse, frisches Obst und Vollkornbrot enthalten genau die Nährstoffe, die Ihr Kind zur optimalen Entwicklung benötigt. Außerdem regen diese Lebensmittel den Speichelfluss an, weil sie kräftig gekaut werden müssen. Durch das Kauen entsteht sehr viel mehr und qualitativ besserer Speichel. Speichel ist unser wichtigstes natürliches Schutzsystem im Mund. Speichel spült, schützt, regeneriert, repariert und härtet die Zähne. Speichel schützt Zähne und Zahnfleisch. Der Speichel ist sozusagen die „Reparaturwerkstatt“ für die Zähne und damit der „Abwehrspieler“ gegen den „Angreifer“ Zucker.

Dafür muss der Speichel erstens an die Zähne herankommen können. Das bedeutet, die Zähne Ihres Kindes müssen sauber, d.h. frei von bakteriellem Zahnbelag sein. Zweitens braucht der Speichel genügend Zeit für seine Arbeit und zwar 16 Stunden: 16 Stunden Abwehr (Regeneration) können 8 Stunden Angriff ausgleichen im Laufe von 24 Stunden.

Formel für die Zahngesundheit:
16 Stunden Regeneration durch den Speichel können
8 Stunden Angriffe ausgleichen

Die 16 Stunden setzen sich zusammen aus der Nacht, wenn Sie Ihrem Kind am Abend alle Zähne von allen Seiten sauber geputzt haben (12 Stunden) und dem zuckerfreien Vormittag (4 Stunden), siehe Seite 30.



Eltern putzen Kinderzähne sauber

Zähneputzen nach dem Frühstück

Der Zuckergehalt am Vormittag erlaubt einen leckeren süßen Nachtisch nach dem Mittagessen und das Naschen am Nachmittag, wobei gilt: Lieber mit Genuss und ohne schlechtes Gewissen ein leckeres Eis, ein Stück Kuchen, ein paar Gummibärchen auf einmal genießen, als in kleinen Portionen über den ganzen Nachmittag verteilt essen.

- ★ Zähne putzen
zu Hause
direkt
nach dem
Frühstück



Zuckerhaltige
Lebensmittel/
Getränke
weniger
häufig,
dafür
bewusst:
Ein
süßes

Nachtsnack und Naschen am
Nachmittag/Abend – mit Genuss und
ohne schlechtes Gewissen



★ Zähne putzen nach dem Abendessen, danach nichts mehr essen und trinken außer Wasser/Mineralwasser



19:00 < 7:00

Eltern putzen abends alle Kinderzähne von allen Seiten sauber, bis ihre Kinder flüssig Schreibschrift schreiben können

Was ist der der Zuckerfreie Vormittag?

Das erste Frühstück zu Hause enthält meist süße Bestandteile wie Marmelade, Honig, Cerealien, Müsli mit Trockenfrüchten u.Ä.. Direkt danach, also ohne jede Wartezeit, werden die Zähne geputzt, d.h. der Zucker wird gleich wieder aus dem Mund entfernt. Danach beginnt der Zuckerfreie Vormittag in der Krippe, im Kindergarten, in der Schule oder zu Hause. Jetzt gibt es zum zweiten Frühstück kauaktive, naturbelassene Lebensmittel und Getränke ohne Zucker, z.B. Wasser/Mineralwasser, Früchte-, Kräuter-, Rotbuschtee (ungesüßt). Kauaktive Lebensmittel sind rohes Gemüse, frisches Obst, ein mit Käse oder Wurst belegtes Brot, Vollkornflocken, Nüsse und Samen. Kinder knabbern gern! Deshalb Obst und Gemüse in mundgerechte Stücke schneiden.

Was soll mein Kind trinken?

Wasser, Mineralwasser mit/ohne Kohlensäure, Tee ungesüßt (Früchte-, Kräuter-, Rotbuschtee) sind die idealen, kalorienfreien Durstlöcher. Mit Wasser ist Ihr Kind konzentrierter, besser gelaunt und aktiver. Gewöhnen Sie Ihr Kind von Anfang an an das Trinken von Wasser. Haben Sie und die Erzieher/-innen Ihrem Kind von Anfang an Wasser zum Trinken gegeben, trinkt es immer gerne Wasser; das Wasser schmeckt Ihrem Kind und es verlangt von sich aus danach. Denken Sie daran: Geschmack wird anerzogen! Was wir kennen, schmeckt uns. Wenn Ihr Kind die süßen Getränke kennen gelernt hat, schmeckt ihm das Wasser nicht mehr.

Milch und Fruchtsäfte sind Nahrungsmittel, die satt machen. Sie gehören nicht zu den Getränken und sind keine Durstlöcher.

Ab wann kann mein Kind aus dem offenen Becher trinken?

Am Anfang des Lebens ist Essen und Trinken eins. Deswegen brauchen Säuglinge keine zusätzliche Flüssigkeit zum Trinken. Nur bei starker Hitze oder Fieber können Sie Ihrem Kind etwas Wasser von einem Löffel oder aus einem kleinen Becherchen geben. Erst ab der dritten Beikost (z.B. Brei) braucht Ihr Kind täglich regelmäßig 200 ml Wasser am Tag zu den Mahlzeiten und zwischendurch. Tipp: Wenn der Urin hell ist, hat Ihr Kind genug getrunken.



Sobald Ihr Kind sitzen kann, kann Ihr Kind z.B. in der Badewanne das Trinken aus dem offenen Becher üben. Spätestens mit etwa 18 Monaten wird Ihr Kind das Trinken aus dem offenen Becher beherrschen. Am besten verzichten Sie auf Schnabeltassen, Trinkhilfen sowie Radlerflaschen, denn die erschweren das Trinkenlernen aus dem offenen Becher und führen dazu sehr schnell zur kariösen Zerstörung der Zähne Ihres Kindes. Dazu bitte die nächste Frage und Antwort lesen.

Darf ich meinem Kind die Nuckelflasche überlassen?

Überlassen Sie niemals Ihrem Kind die (Kunststoff-)Nuckelflasche mit einem zuckerhaltigen Inhalt (z.B. gezuckerte Tees, Teegranulate, Milch, Schorlen, Gemüse- oder Fruchtsäfte) zur Selbstbedienung im Kinderwagen oder nachts im Bettchen. Das Dauernuckeln führt über die häufigen Zuckerimpulse und die fehlende Regeneration durch den Speichel sehr schnell zur massiven Zerstörung der Oberkieferfrontzähne Ihres Kindes. Durch das Dauernuckeln entwickelt Ihr Kind eine falsche Zungenlage und ein falsches Schluckmuster. In der Folge kann Ihr Kind schlechter durch die Nase atmen, schlechter abbeißen und schlechter kauen, zudem sind Aussprache und Sprachentwicklung beeinträchtigt. Das Dauernuckeln schadet der gesunden Entwicklung Ihres Kindes!

Leider hilft das Nuckelflaschegeben auch nicht beim Durchschlafen. Ganz im Gegenteil: Trinken in der Nacht führt dazu, dass Ihr Kind immer wieder aufwacht und immer wieder trinken will. Die Nuckelflasche raubt Ihnen und Ihrem Kind den Schlaf.

Deswegen: Tasse statt Flasche ist klasse!

Schnuller ja oder nein?

Manche Babys stillen ihr Saugbedürfnis bei der Nahrungsaufnahme. Sie sind danach satt des Essens und satt des Saugens. Sie brauchen weder einen Schnuller noch ihr Däumchen. Andere Babys haben im ersten Lebensjahr ein über das Trinken hinaus gehendes Saugbedürfnis. Diese Kinder brauchen einen Schnuller und dürfen ihn ohne Begrenzung benutzen. Das Saugbedürfnis nimmt im zweiten Lebensjahr Ihres Kindes gegenläufig zum Erlernen des Abbeißen und

Kauens ab. Daher braucht Ihr Kind den Schnuller im zweiten Lebensjahr nur noch ein geschränkt, z.B. zum Einschlafen. Mit Beginn des dritten Lebensjahres sollten Sie den Schnuller entsorgen, denn jetzt ist das Schnullern kein Bedürfnis mehr, sondern nur noch eine schlechte Angewohnheit, welche die gesunde Entwicklung des Schluckens, des Kauens, des Sprechens und der Nasenatmung bei Ihrem Kind beeinträchtigt.

Um Verformungen der Kiefer, wie z.B. den offenen Biss, gering zu halten, verwenden Sie den Dentistar oder bleiben bei der kleinsten Schnullergröße.

Welche Rolle spielt Fluorid für die Entwicklung der Zähne und des Knochens meines Kindes?

Fluorid ist ein natürlicher Bestandteil des pflanzlichen und tierischen und damit auch des menschlichen Lebens. Wir nehmen über unsere Nahrung, unser Trinkwasser und die Luft immer gewisse Mengen Fluorid auf. Fluorid wird daher als ein für den Menschen essentielles Spurenelement zum Knochen- und Zahnaufbau angesehen. Fluorid hilft sehr gut, Karies zu verhindern. Vereinfacht gesagt: Fluorid stärkt die Zähne Ihres Kindes.

Fluoride zur Kariesprophylaxe werden heute individuell dosiert. Fragen Sie Ihren Zahnarzt, ob Speisesalz mit der Aufschrift „Jod und Fluor“, Fluoridtabletten oder fluoridhaltige Kinderzahnpaste für Ihr Kind richtig sind.

Kinderzahnpasten enthalten maximal 500 ppm Fluorid. Hessische Zahnärzte empfehlen für ein Kind bis zum Ende des zweiten Lebensjahres eine erbsengroße Menge Kinderzahnpaste als Tagesdosis. Am besten geben Sie morgens und abends einen Hauch Kinderzahnpaste auf die Zahnbürste zur Zahnpflege. Nach dem 2. Geburtstag putzen Sie morgens nach dem Frühstück und abends nach dem Abendessen mit einer erbsengroße Menge Kinderzahnpaste die Zähne Ihres Kindes rundherum sauber.

Wann soll mein Kind mit dem Üben der Zahnpflege beginnen?

Zahnpflege muss wie das tägliche Händewaschen regelmäßig und systematisch geübt werden. Ab etwa 2 ½ Jahren können Kinder Hin- und Herbewegungen auf den Kauflächen ausführen. Vorher kaut Ihr Kind auf der Zahnbürste. Bitte lassen Sie das Kauen auf der Zahnbürste zu. Es ist die altersgemäße Vorstufe der KAI^{plus} Systematik, denn so wie Ihr Kind malt, so arbeitet es auch mit der Zahnbürste in seinem Mund. Und wie malt Ihr Kind vor seinem 4. Geburtstag? Es kann einen Stift halten, es kann das Papier treffen und es kritzelt: Auf Grund seiner motorischen Entwicklung kann das Kind lediglich die Zahnbürste zum Mund führen und darauf herumkauen. So wie motorische koordinierte Bewegungen beim Malen noch nicht möglich sind, kann das Kind noch keine koordinierten Zahnputzbewegungen machen.

Tipp: Wechseln Sie nicht ständig die Zahnbürste Ihres Kindes. Viel besser sind zwei Zahnbürsten. Eine zum Kauen für Ihr Kind (= Kinderzahnbürste) und eine funktionstüchtige Zahnbürste für Sie (= Elternzahnbürste), mit der Sie alle Zähne Ihres Kindes von allen Seiten sauber putzen. Beide Zahnbürsten werden nach 3 Monaten gewechselt.


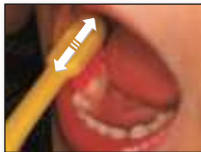
Warum soll meinem Kind die KAI^{plus} Systematik üben?


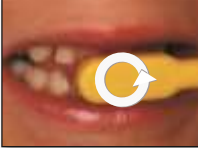

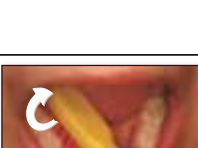


KAI^{plus} vermittelt Ihrem Kind 1. den Weg, den die Zahnbürste geht, um alle Zähne von allen Seiten zu erreichen, nämlich alle Kauflächen, alle Außenflächen und alle Innenflächen. 2. vermittelt KAI^{plus} die Bewegungen, die Ihr Kind auf den einzelnen Flächen machen soll, nämlich Hin- und Herbewegungen auf den Kauflächen, Kreise auf den Außenflächen und Auswischbewegungen auf den Innenflächen. 3. vermittelt KAI^{plus}

Ihrem Kind, dass Sie als Eltern Ihrem Kind die Zähne sauber putzen müssen. Denn erst wenn Ihr Kind flüssig Schreibrschrift schreiben kann, ist es durch Umstellung auf eine Erwachsenenzahnputzsystematik in der Lage, sich seine Zähne selbst sauber (= ohne Zahnbelag) zu putzen.



Hier geht's zum Zahnputz-Zauberlied für die KAI^{plus} Systematik!

So malt Ihr Kind	Das der	K	So lernt Ihr Kind KAI ^{plus}
	<p>Hin- und Herbewegungen auf den Kauflächen:</p> <p>Unten rechts, unten links, oben rechts, oben links.</p>	<p>K</p>	

	<p>Knurren wie ein wilder Tiger (= Frontzähne aufeinanderstellen) und dann Kreise auf die Außenflächen malen:</p> <p>Vorne, rechts, links.</p>	<p>A</p>	
	<p>Gasgeben wie beim Motorrad fahren, um die Innenflächen von rot nach weiß auszuwischen:</p> <p>Unten und oben in 3 Abschnitten: vorne, rechts und links.</p>	<p>I</p>	
	<p>Jetzt ist meine Mama oder mein Papa dran: Sie putzen mir meine Zähne blitzblank sauber. Das ist herrlich!</p>	<p>plus</p>	

Tipp: Die KA|^{plus} Systematik und das dazugehörige Zahnputz-Zauberlied finden Sie auf Youtube unter „Zahnputzzauber“. Unter www.jugendzahnpflege.hzn.de finden Sie weiterführende Informationen.

**Mein Kind will sich seine Zähne nicht von mir putzen lassen.
Was kann ich tun?**

- Üben Sie von Anfang an mit Ihrem Kind die KA|^{plus} Systematik. So lernt ihr Kind, ich putze nach KA|^{plus}, Mama und Papa putzen meine Zähne von allen Seiten sauber.
- Loben Sie Ihr Kind für seine gute Mitarbeit.

- Eltern putzen Kinderzähne sauber mit dem Zahnputz-Zauberlied (auf Youtube unter „Zahnputzzauber“, im Buchhandel ISBN 978-3-936818-06-2 oder beim Verein für Zahnhygiene e.V. (www.zahnhygiene.de)).
- „Eltern putzen Kinderzähne sauber“ sollte eine selbstverständliche Routine sein, ein Ritual: morgens direkt nach dem Frühstück und abends nach dem Abendessen, also waschen, Schlafanzug anziehen, gemeinsam Zähne putzen, Geschichte vorlesen – Gute Nacht!
- Erzählen Sie von einem Tagesereignis, lenken Sie die Aufmerksamkeit des Kindes auf bekannte Personen, Tiere, Spielsachen usw.. Das Thema Zähneputzen wird gar nicht angesprochen. Das passiert einfach nebenbei.
- Personalisieren Sie Zähne und Zahnbelag: „Deine Zähne rufen, wir wollen sauber sein und strahlen. Wir wollen geputzt werden!“ oder „Jetzt jagen wir die ganze Karies-Bande (Zahnteufel, Zahn-Monster u.ä.) raus aus deinem Mund!“ oder „Da hinten versteckt sich einer, den haben wir gleich. Weg vom Zahn, raus aus dem Mund!“
- Erst putzen Eltern Kinderzähne sauber und lassen es dann Ihr Kind „noch besser“ machen.
- Abwechslung bringt neuen Spaß: Lassen Sie Ihr Kind eine neue Zahnbürste/ Zahn pasta aussuchen.
- Ältere Kinder sind beeindruckt von angefärbten Zahnbelägen.
- Bitte drohen Sie nie mit dem Zahnarzt oder mit Zahnschmerzen, z.B.: „Wenn wir deine Zähne nicht putzen, dann kriegen sie Löcher und dann müssen wir zum Zahnarzt und der ...“ Besser ist: „Zähne werden im Laufe des Tages schmutzig und deshalb wollen sie geputzt werden“.

Zahnseide: ja oder nein?

Die Kontaktpunkte zwischen den Milchmolaren sind bei den meisten Kindern kariesanfällig. Es kann eine Kontaktpunktkaries entstehen, die häufig erst im Alter zwischen 4 und 8 Jahren als kleines Loch sichtbar wird. Fragen Sie in Ihrer Zahnarztpraxis nach der Notwendigkeit der regelmäßigen Verwendung von Zahnseide oder einem anderen Hilfsmittel zur Zahnzwischenraumpflege und lassen Sie sich die Anwendung im Mund Ihres Kindes zeigen.

Wie häufig soll ich mit meinem Kind zum Zahnarzt gehen?

Ab dem ersten Zahn in der Regel jedes halbe Jahr zur Kontrolle und Vorsorge, bei anfälligen Zähnen häufiger. Ihr Zahnarzt wird Ihnen den für Sie und Ihr Kind richtigen Zeitabstand empfehlen.

Wie kann ich mein Kind auf den Zahnarztbesuch vorbereiten?

Achten Sie darauf, dass Omas, Opas, Verwandte und Bekannte Ihrem Kind nicht die typischen Zahnarzt-Stories erzählen.

Wenn Sie selbst kein gutes Gefühl beim Zahnarztbesuch haben, machen Sie für Ihr Kind einen separaten Termin aus. So ermöglichen Sie Ihrem Kind, seine eigenen positiven Erfahrungen zu sammeln.

Gute Kinderbücher zur Vorbereitung, wie z.B. „Blitzblank sind alle meine Zähne“ oder „Mein erstes Zahnputzbuch“ finden Sie unter www.jugendzahnpflege.hzn.de im Ordner Medien.

Tipp: Sorgen Sie dafür, dass Ihr Kind im Rahmen der zahnmedizinischen Gruppenprophylaxe (§ 21 SGB V) in der vertrauten Kindergruppe die Praxis eines Patenschaftszahnarztes besuchen darf.



Lass deine Zähne zweimal im Jahr
vom Zahnarzt nachschauen!

Ihre Ansprechpartner

Landeszahnärztekammer Hessen (LZKH)
Rhonestraße 4
60528 Frankfurt am Main
Telefon Patientenberatung 069 427275-0 Telefax
069 427275-105 www.hzn.de box@lzkh.de



Kassenzahnärztliche Vereinigung Hessen
Lyoner Straße 21
60528 Frankfurt am Main
Telefon 069 6607-0 Telefax 069 6607-
344 www.kzvh.de kzv-hessen@kzvh.de



Kassenzahnärztliche
Vereinigung Hessen

Landesarbeitsgemeinschaft Jugendzahnpflege in
Hessen (LAGH)
Rhonestraße 4
60528 Frankfurt am Main
Telefon 069 427275-195 Telefax 069 427275-105
www.jugendzahnpflege.hzn.de
jugendzahnpflege@lzkh.de



Verantwortlich für den Inhalt:
Landeszahnärztekammer Hessen
Kassenzahnärztliche Vereinigung Hessen

© Landes Zahnärztekammer Hessen und Kassenzahnärztliche Vereinigung Hessen, Juli 2014

Stand: 12/2015

Notizen:



Notizen:



