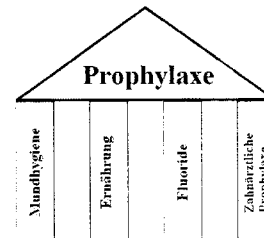




Prophylaxekonzept für Eltern und Kind

Vier Grundsäulen der Prophylaxe...



1. Mundhygiene

„Ein sauberer Zahn bleibt gesund!“

Zahnbeläge sind regelmäßig und häufig mit Zahnbürste und Zahnpasta zu entfernen!

2. Fluoride

Fluoridierung **nach** der Geburt, genauer, nach Durchbruch des ersten Zahnes.

Speisesalzfluoridierung (Hemmung des Karieszuwachses um 40-60%)

Fluoridtabletten (Hemmung des Karieszuwachses um 40-60%)

Fluoridierte Zahnpasta (Hemmung des Karieszuwachses um 10-40%)

Fluoridhaltige Gele/Lacke vom Zahnarzt (Hemmung des Karieszuwachses um 40-60%)

3. Ernährung

Anteil versteckter Zucker

Tomatenketchup	bis 50 %
Frosties	bis 43 %
Müsli	bis 30 %
Vitaminpräparate	bis 90 %
Haferschleim	bis 50 %
Süße Soßen	bis 35 %

Besonders „zahnschädlich“ ist die Einnahme von Süßigkeiten! Vor allem aber, das Naschen über mehrere Stunden! Hier finden die „Kariesbakterien“ über lange Zeit die optimalen Bedingungen vor!

Praktische Konsequenz: Die Reduktion der Häufigkeit zuckerhaltiger Zwischenmahlzeiten ist wichtiger als die Reduktion der Menge!

ACHTUNG: Auch zuckerhaltige Getränke sind sehr gefährlich!!!

Hierbei spielt nicht nur der Zucker eine Rolle, sondern auch die Säuren! Auch diese greifen den Zahn irreversibel an!

Je eher das Kind aus dem Becher trinkt, desto besser! Nuckelflaschen, Strohhalm, Schnabeltassen verlängern die „Einwirkzeit“ der zahnschädlichen Getränke!

4. Prophylaxe durch den Zahnarzt

- Anleitung zum Zähneputzen, Motivation, Zahnreinigung, Fluoridierungsmaßnahmen
- Aufbau einer zahnfreundlichen Verhaltensweise
- Erhaltung des naturgesunden Gebisses. Zähneputzen beginnt mit Durchbruch des ersten Milchzahnes