

ZÄHNEPUTZEN MUSS ZUR ROUTINE WERDEN

Kinderzahnheilkunde / Schulkinder

Jedes Jahr im September bedeutet der Schulbeginn für Schulkinder und Kindergartenkinder eine Neuorganisation, sozusagen einen Neustart.

Und genau dieser Zeitpunkt ist für Eltern DIE Gelegenheit, das tägliche Zähneputzen und die Zahnkontrolle zu reaktivieren, damit Zähneputzen zur täglichen Routine werden kann.

0-2 Jahre:

Bei Babies kommen die Milchzähne etwa im Alter von 6 Monaten, das ist der Zeitpunkt um vorsichtig mit dem Zähneputzen und der Mundhygiene zu beginnen, - auch wenn nur gestillt wird, denn die Muttermilch enthält ZUCKER.

Für das Baby gibt es weiche Babyzahnbürsten und Babyzahnpaste (Fluorid 500 ppm), ab 2 Jahren könnte das Baby schon alleine versuchen, die Zähne zu schrubben.

3-5 Jahre:

In diesem Alter wollen die Kinder alles selber machen, motivieren Sie Ihr Kind zum Zähneputzen zweimal pro Tag, jedenfalls vor dem Einschlafen mit Kinderzahnpaste (Fluorid 500 ppm), und Sie sollten jedenfalls nachputzen.

Kinder lernen durch Nachahmen. Putzen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind.

Zahnputzmuffel kümmern sich lieber um ihre Zähne, wenn sie jeden Tag eine andersfarbige Zahnbürste verwenden.

Auch mit dem Lieblingskuscheltier gemeinsam könnten Sie Ihrem Kind die Zähne putzen.

Ihr Kind sollte seine Zahnbürste selbst aussuchen dürfen(weiche abgerundete Borsten).

Zähneputzen macht Spaß, wenn Sie einen kleinen Wecker oder lustige Eieruhr zum Zeitstoppen verwenden.

Schaffen Sie Alltagsrituale: Wenn es etwas Süßes zum Nachtschisch gibt, müssen anschließend auch die Zähne geputzt werden!

Jedes Kind hat seinen eigenen Geschmack: Probieren Sie verschiedene Zahnpasten aus.

6-8 Jahre:

Schulbeginn ist eine aufregende Zeit, der Zahnwechsel beginnt (6. Bis 13. Lebensjahr).

Die ersten bleibenden Backenzähne zeigen oft Fissuren(Vertiefungen), Essensreste bleiben hängen, man kann sie versiegeln mit flüssigem Kunststoff, das zahlt die Kasse.

Milde Juniorzahnpaste (1.000 - 1.500 ppm) verwenden.

Zähneputzen ist langweilig, oft treten Kinder in den Putzstreik.

Versuchen Sie daher, das feste Ritual Zähneputzen fröhlicher zu gestalten. Zum Beispiel mit einer abenteuerlichen Zahnputzgeschichte, die bei jedem Zähneputzen fortgesetzt wird. Es gibt auch spezielle Zahnputz-Bücher für Kinder. Eine bunte Kinderzahnbürste mit coolem Design kann mehr Lust aufs Zähneputzen machen.

Faustregel: Erst, wenn Kinder die Schreifschrift flüssig beherrschen, sollte auch das eigenständige Zähneputzen kein Problem mehr sein. Dies könnte im Alter von etwa 8-9 Jahren der Fall sein. Aber auch dann sollten Eltern immer nachkontrollieren.

9+ Jahre:

Es gilt: zweimal tägliches Zähneputzen und die gründliche Reinigung der Zahnzwischenräume (Zahnseide) ist ein Muss. Schicken Sie Ihr Kind zweimal jährlich zur Kontrolle zum Zahnarzt.

Zur Zahnschmelzhärtung gibt es fluoridhaltige Gelees die einmal wöchentlich angewendet werden können. Ihr Kind sollte bei Bedarf einmal wöchentlich ein fluoridhaltiges Gelee verwenden, um den Zahnschmelz zu härten. Sprechen Sie dazu mit Ihrem Zahnarzt.

Mundhygiene-Prophylaxe: Für Jugendliche 10 bis 18 Jahre leisten die Gebietskrankenkassen 52.- pro Jahr. Für kleine Kinder mit höherem Kariesrisiko bietet Ihre Kinderzahnarztpraxis eine spezielle Mundhygiene an, wobei die Zähne spielerisch geputzt und gestärkt werden sollen.

Zum Thema Zahnsperre:

Für Kinder von 6 – 12 wird eine Kontrolle beim kieferorthopädischen Zahnarzt dringend empfohlen, die Häufigkeit an Fehlfunktionen der Mund-Gesichts Muskulatur beträgt bei Kindern mit Milchgebiss und Wechselgebiss ca 70-80%, die Häufigkeit der daraus resultierenden Zahn- oder Kieferfehlstellungen beträgt 60-70%.

Einige Fehlstellungen sollten schon im Alter ab 5 Jahren behandelt werden (Frühbehandlung, d.h. Kindesalter zwischen ca 4 bis 9), um schlechte Habits, wie Fingerlutschen, Zungenpressen, falsche Atmung, falsches Schlucken etc festzustellen und zu therapieren. Die Therapeutische Form wird oft als abnehmbare Zahnsperre bezeichnet, allerdings benötigt man bei manchen Fällen eine Zusammenarbeit mit Logopäden, HNO Arzt, Psychologen. Diese Behandlungsphasen sollen eine regelmässige Gebissentwicklung fördern, und bei schwerwiegender Zahn- oder Kieferfehlstellung die spätere Behandlung erleichtern.

In der Regel findet die kieferorthopädische Hauptbehandlung zwischen dem 10. und 13. Lebensjahr statt, - sobald alle bleibenden Zähne im Mund vorhanden sind. Eine kieferorthopädische Korrektur sollte mit oder kurz vor dem Wachstumsschub gestartet werden, ein zu später Behandlungsbeginn kann die Behandlung erschweren und die Prognose verschlechtern.

Ein Beitrag von Dr Wenning Li, Vitusgasse 9, 1130 Wien



- www.invisalignhietzing.at Dr Wenning Li